2/ 1/

AVIS
AUX BONNES MÉNAGÈRES
DES VILLES ET DES CAMPAGNES,
Sur la meilleure manière de faire leur Pain.



Par M. PARMENTIER.

Travaillez, prenez de la peine ;
C'est le fonds qui manque le moins.
La Fontaine.



AVERTISSEMENT.

L'IMPRESSION de l'Ouvrage concernant la Boulangerie, que j'ai déjà annoncé, pouvant être retardée encore quelques mois, j'ai cru, en attendant, & pour seconder les vues du Gouvernement, qui daigne honorer mon travail de sa protection, devoir en détacher la partie qui intéresse les personnes que leur goût ou la nécessité déterminent à préparer le pain chez elles. J'ai fait en sorte de parler le langage qui convenoit au sujet que je traite, & aux femmes estimables pour lesquelles j'écris. Si je puis être entendu, si j'ai le bonheur d'être utile, mes vœux sont entièrement remplis.



AVIS

Sur la meilleure manière de faire le Pain.

LA ſcience du ménage eſt auſſi ancienne que le monde. A peine l'homme eut-il défriché la terre, qu'il fallut un économe pour conſerver au beſoin, & mettre à profit, les préſens que cette nourrice bienfaiſante accordoit à ſes travaux & à ſon induſtrie. La femme, moins forte, plus ſédentaire & amie de l'ordre, devint naturellement cet économe. Pour démontrer cette vérité, je pourrois citer, s'il le falloit, des modèles de bonnes Ménagères dans tous les âges, dans tous les pays & dans toutes les conditions : encore aujourd'hui combien d'exemples vivans n'aurois-je pas à préſenter ici de femmes aimables qui, ſe dévouant ſpécialement aux opérations intérieures de la maiſon, ſavent allier les devoirs de bienſéance que leur impoſe leur rang, avec les ſoins multipliés de l'économie domeſtique, & qui, occupées du gouvernement de leur ménage, ont l'art de régner ſur tout ce qui les environne par la douceur, la complaiſance & la bonté ! Mais cet objet, traité avec l'étendue dont il ſeroit ſuſceptible, nous éloigneroit trop de notre but

principal, & sa fécondité nous engageroit à faire un Volume, quand nous n'avons intention que de publier quelques pages. Les femmes pour lesquelles nous écrivons, ont moins le temps de parcourir des dissertations, que de mettre en pratique de bons & d'utiles préceptes : ainsi la précision & la clarté doivent toujours régner dans un Ouvrage, où il ne s'agit que de leur indiquer des procédés simples & faciles, relativement à la nourriture fondamentale.

Comme le pain est la provision du ménage la plus essentielle, puisqu'il constitue l'aliment journalier & indispensable à la vie, il nous paroît très-important qu'on sache le préparer d'une manière avantageuse à la santé, à l'économie & à l'agrément : or voilà tout ce que nous proposons. Le pain qu'on fabrique chez soi, en province, est presque toujours aigre, mat & bis, malgré la bonté des grains qu'on y emploie, & revient toujours à un prix fort cher, faute de connoître les moyens économiques de les moudre, & d'en préparer convenablement cet aliment. Je crois avoir remarqué que ces défauts dépendoient d'une farine mal faite, de l'eau trop chaude & des levains trop anciens. J'espère prouver qu'en employant une meilleure farine, de l'eau froide ou tiède, des levains nouveaux & en plus

grande quantité, on peut, ſans augmenter les embarras & les frais, obtenir du blé même le plus médiocre, un pain ſavoureux, léger & blanc.

Agréez, reſpectables Ménagères, ce petit eſſai que je vous préſente, comme un hommage de ma vénération & de ma reconnoiſſance. Je ſais que renfermées au ſein de votre famille, vous ne ſollicitez aucun éloge & les méritez tous. Quelle que ſoit l'opinion vulgaire qui voudroit vous ridiculiſer, continuez toujours d'être perſuadées qu'il n'y a pas d'occupation plus noble, ni plus conforme à la Nature, à la ſimplicité, à l'honnêteté des mœurs & au bien de la ſociété, que celle à laquelle vous conſacrez la plupart de vos inſtans : que votre exemple inſpire à vos filles le goût du ménage, & les forme de bonne heure aux talens qu'il faut pour le conduire avec économie, ſi elles veulent devenir comme vous des femmes honnêtes, des épouſes vertueuſes, des mères tendres, des maîtreſſes compatiſſantes, en un mot, de bonnes Ménagères. Heureux celui qui aura l'avantage de poſſéder le cœur d'une femme qui vous reſſemblera !

Du choix du Blé.

TOUTES les eſpèces de blé peuvent également donner de bon pain, pourvu qu'on

connoiſſe les moyens d'en tirer un parti avantageux. Chaque province produit des blés plus ou moins parfaits ; mais la farine, pour n'être pas auſſi abondante, n'en eſt pas moins propre pour l'uſage auquel on la deſtine, étant pétrie, fermentée & cuite ſuivant les procédés dont il ſera bientôt queſtion.

Le meilleur blé eſt ſec, dur, peſant, ramaſſé, bien nourri, plus rond qu'ovale, ayant la rainure peu profonde, liſſe & clair à ſa ſurface, & d'un blanc jaunâtre dans ſon intérieur, qui ſonne lorſqu'on le fait ſauter dans la main, & cède aiſément à l'introduction du bras dans le ſac qui le renferme, tous indices qui prouvent ſon état ſec & net.

Le blé inférieur eſt celui qui s'éloigne des caractères diſtinctifs dont nous venons de parler ; c'eſt-à-dire, qu'il eſt plus maigre & plus alongé, d'un jaune plus foncé, léger, ayant l'écorce plus épaiſſe & plus terne, ſe caſſant plus aiſément ſous la dent, & offrant dans ſon intérieur une matière moins ſerrée & moins blanche.

Les blés médiocres ſont encore plus chétifs, plus légers & preſque toujours mélangés de ſeigle, d'orge, de nielle, d'ivraie, de rougeole, de pois gras, qui colorent & diminuent la farine, rendent le pain bis, ſans poutant nuire à ſa ſalubrité.

Les blés altérés ſe reconnoiſſent bientôt à leur odeur & à leur goût ; il ſuffit de les porter ſous le nez, ou de les mâcher pour s'en aſſurer : leur ſurface d'ailleurs eſt preſque toujours haute en couleur, & la matière farineuſe qu'ils contiennent, offre un blanc terne.

Le proverbe qui dit *qu'on n'a jamais bon marché de mauvaiſe marchandiſe*, ne ſauroit être mieux appliqué qu'au blé ; car c'eſt toujours une économie mal entendue, que de préférer les blés de moyenne qualité aux bons blés, à cauſe de leur cherté : les produits en farine & en pain de ces derniers, dédommagent au-delà de l'excédant du prix qu'on les a achetés.

Les boulangers n'emploient preſque jamais que les plus excellens blés, parce qu'outre qu'ils trouvent du bénéfice dans le produit, c'eſt qu'il leur eſt encore bien plus facile d'en faire du beau & bon pain : ſi quelquefois les propriétaires croient devoir en uſer autrement, c'eſt dans des vues d'intérêt, parce que le beau blé eſt plus de défaite, & qu'il ſe vend plus cher que les blés médiocres. Il eſt même utile de conſommer ces eſpèces de blés médiocres dans les endroits où on les a récoltés, à cauſe qu'ils ſe gardent & ſe tranſportent moins aiſément que les blés de première qualité.

De la conſervation du Blé.

DES vues particulières d'économie, déterminent ſouvent les bonnes Ménagères de ſe précautionner de grain pour la ſubſiſtance de leur famille pendant quelque temps : il eſt bon alors qu'elles ſoient au fait des moyens les plus praticables, pour mettre leur proviſion à l'abri des accidens qui pourroient la détériorer.

Avant de porter le blé au grenier, il faut d'abord s'informer des circonſtances qui ont accompagné ſa croiſſance & ſa récolte ; car c'eſt l'état où il ſe trouve après avoir été battu, qui doit régler la nature & les eſpèces de ſoins qu'il faut prendre pour ſa conſervation.

Le blé qui vient d'une année sèche & chaude, quel que ſoit le terrein ou le climat où il a cru, ſe garde de lui-même, ſans employer preſque aucun ſoin ; mais ſi la récolte a été au contraire froide & humide, il eſt eſſentiel de ne pas le perdre un inſtant de vue, & de le veiller de près, autrement l'eau dont il a été nourri, concourt bientôt à ſon dépériſſement.

C'eſt ſur-tout au printemps qui ſuccède à la moiſſon, qu'il faut redoubler d'attention, parce qu'aux premières chaleurs le blé *jette ſon feu,* fermente, s'altère, & que d'ailleurs c'eſt le temps

où les charançons & autres insectes, cherchent un abri pour déposer leur postérité.

Au moyen de quelques précautions employées à propos, on peut mettre le blé à couvert de ces accidens; car dès qu'une fois il s'est échauffé fortement, ou que les insectes, alléchés par l'odeur, s'y sont jetés en foule pour faire leur ponte, il est bien difficile de rétablir le grain dans son premier état : il faut donc tâcher de prévenir le mal & de l'arrêter à sa source.

Choisir de préférence, pour serrer le bon blé, l'endroit de la maison le plus frais, le plus sec, le plus éclairé, le plus propre, le plus éloigné des foyers, des latrines, des écuries & autres lieux habités par des animaux; en fermer les fenêtres avec des chassis en toile, afin de laisser l'air pénétrer librement; interdire l'entrée aux souris, aux rats & aux chats, à cause du dégât qu'ils occasionnent, & de l'odeur que le blé, par leurs émanations, peut contracter; ne pas amonceler le grain en tas trop épais, pour que la transpiration qui en résulte s'évapore ; renouveler l'air dans l'intérieur du tas, & rafraîchir chaque grain, en remuant à la pelle, & faisant changer par ce mouvement tout le blé de place : telles sont les précautions générales à mettre en

ufage, pour foigner & conferver en bon état fon blé.

Lorfqu'il n'eft pas poffible de fe procurer un emplacement qui réuniffe les avantages dont il vient d'être queftion, il faut, au lieu de répandre le blé fur le plancher, le tenir renfermé dans des facs de toile lâche & claire, qui permettent à l'humidité de s'exhaler; ifoler les facs par le moyen de quelques barres de bois élevées horizontalement à quelque diftance du plancher, pour que l'air puiffe circuler facilement tout autour: on auroit foin de les ouvrir quand il feroit fort chaud, & d'y enfoncer de temps en temps un bâton, pour produire du froid & favorifer une évaporation.

Dans le cas où le blé feroit récolté humide, & que, faute de foins, il fe trouveroit infecté d'infectes, on pourroit fe procurer une tonne d'une capacité proportionnée, au fond de laquelle il y auroit, à trois pouces de diftance du plancher, un chaffis couvert de toile, où l'on adapteroit un foufflet à long tuyau. Ce foufflet, étant mis en jeu, feroit paffer une colonne d'air à travers toute la maffe, qui rafraîchiroit le grain, emporteroit avec elle l'humidité furabondante, l'odeur qu'il auroit contractée, & obligeroit les infectes de fuir, parce qu'ils

redoutent le froid. Cette manière d'éventer le blé, doit être regardée comme l'étuve du ménage.

De quelques précautions à employer, avant de porter le Blé au moulin.

CE n'eſt pas aſſez d'avoir fait choix du bon blé, de l'avoir ſoigné & conſervé comme il convient, il faut encore qu'il ſubiſſe différentes préparations pour pouvoir être converti en aliment agréable & ſain. Voyons les précautions qu'il exige encore avant d'être porté au moulin.

Quand l'hiver a paſſé ſur le grain nouveau, ſoit qu'il ait acquis toute ſa perfection à la grange, étant renfermé dans l'épi, ou bien que, battu peu de temps après la récolte & porté enſuite au grenier, il ait reſſué & *jeté ſon feu*; il eſt certain qu'alors on peut le faire moudre avec profit, ſans courir aucun riſque.

L'expérience a ſouvent prouvé que les grains, en général, peuvent occaſionner des déſordres dans l'économie animale, lorſqu'on les mange trop nouveaux, & qu'ils viennent d'une année froide & humide. C'eſt même à cela qu'il faut attribuer certaines maladies épidémiques qui ont déſolé quelques-unes de nos provinces ſeptentrionales, ſans qu'il fût poſſible d'en découvrir d'abord l'origine.

On ne fauroit donc trop recommander dans une pareille circonftance, à ceux que la néceffité contraint à fe jeter fur les grains trop nouveaux pour s'en nourrir, de les expofer auparavant à la chaleur du foleil & du four : par cette fimple précaution, facile à être employée par-tout, on opéreroit en un moment tous les effets qui fe paffent à la grange & au grenier dans l'efpace de fept à huit mois ; je veux dire qu'on dépouilleroit le grain d'une efpèce d'humidité nuifible & particulière, appartenant encore à la végétation, & qui fe trouve en plus grande abondance dans les feigles, à caufe de leur état plus gras & vifqueux que n'eft le blé.

Nous croyons cependant devoir obferver ici, qu'un blé qui réfulte d'une année sèche & chaude, auquel il n'eft arrivé aucun accident pendant fa croiffance, qui n'a pas été nourri d'eau durant la moiffon, & qu'on a tranfporté bien conditionné à la grange ; que ce blé, dis-je, n'eft pas dans le cas dont nous parlons, & qu'il demande beaucoup moins de précautions pour être employé après la récolte.

Nous obferverons encore, contre le fentiment reçu, que le blé ne gagne pas autant de fupériorité qu'on le prétend, à mefure qu'il vieillit. Il acquiert, il eft vrai, la faculté de fe conferver

plus aiſément, d'abſorber davantage d'eau dans le pétriſſage; mais à la fin de la première année de ſa récolte, le pain qu'on en prépare n'a plus déjà cette ſaveur exquiſe que l'on pourroit caractériſer par *le goût du fruit*, ce qui prouve qu'il a perdu quelque choſe, & que ſes principes ſe trouvent autrement arrangés & modifiés : ainſi les grains ſans être dégénérés, ſans ceſſer d'être bons & de fournir un aliment ſalubre pendant pluſieurs années, n'ont plus la même valeur du côté de la délicateſſe & de l'agrément au bout de douze & quinze mois; mais il n'y a pas de végétaux qui ne ſubiſſent cette loi de la Nature, & les bonnes Ménagères qui cherchent à ſe faire des reſſources pour la ſaiſon où la Nature paroît ſe repoſer, ſavent que leurs légumes & la plupart de leurs fruits gardés, n'ont plus cet agrément qu'on y rencontre dans la nouveauté.

Quand il ne devroit réſulter de la précaution que nous recommandons de dépouiller les grains mouillés ou trop nouveaux de leur humidité, avant de les porter au moulin, qu'un avantage pour la ſanté, ce ſeroit ſans doute une forte raiſon pour ne pas négliger de l'employer; mais l'économie y trouvera également ſon compte. L'écorce ſe détachera plus aiſément, on aura infiniment moins de ſon, les meules ne ſeront

pas empâtées, ni les bluteaux graiſſés ; la farine qui en proviendra ſera plus abondante, plus parfaite ; elle ſe conſervera infiniment mieux ; boira davantage d'eau au pétriſſage, & donnera par conſéquent une quantité plus conſidérable de pain, & de meilleure qualité.

Les blés trop ſecs ne ſont pas non plus exempts d'inconvéniens, quand on va les faire moudre en cet état ; mais les précautions qu'ils exigent, ſont abſolument oppoſées à celles que nous avons indiquées pour achever la maturité & la ſéchereſſe des grains par le moyen du ſoleil ou du four. L'écorce des blés trop ſecs, s'écraſe plus facilement qu'on ne voudroit ; une partie ſe réduit en poudre fine, & paſſe à travers les bluteaux fins, altère la blancheur de la farine & la qualité du pain ; elle occaſionne, en outre, un déchet marqué par la pouſſière légère qui voltige dans le moulin, dans la bluterie, & que l'air emporte avec lui au dehors. Il faut donc reſtituer à ce blé trop ſec, la portion d'humidité que les blés trop nouveaux ou mouillés ont par ſurabondance.

Sur un ſetier de blé trop ſec, peſant à peu-près deux cents quarante livres, on répand environ dix pintes d'eau, par le moyen d'un arroſoir : on laiſſe ce blé en tas toute une nuit,

afin que chaque grain se pénètre insensiblement de l'humidité qui le recouvre. On ne doit faire cette opération que quand on est presque sûr de jouir du moulin vingt-quatre heures après, parce qu'autrement, s'il faisoit chaud, le blé ainsi arrosé d'une eau étrangère à celle qu'il contient naturellement, courroit plus vîte encore les risques de s'altérer. Si l'on néglige cette précaution, le meunier n'y manquera pas, & pourra rendre en eau ce qu'il aura retenu en farine.

Autant que l'on peut, il faut choisir le moment propice pour faire moudre son blé, & se précautionner contre les inondations, les gelées & le temps calme, qui arrêtent & suspendent le mouvement des moulins à eau & à vent. Mais sur cela, comme sur bien d'autres choses, il est bon de s'en rapporter entièrement à la prudence de la bonne Ménagère, qui a toujours en réserve de la farine plus que le besoin actuel de la famille ne l'exige, & qui se laisse rarement prendre au dépourvu lorsqu'il s'agit de la provision la plus importante de la maison, dont elle est l'agent principal.

Du Blé au moulin.

IL feroit bien difficile de pouvoir indiquer ici les moyens assurés de surveiller le grain, quand

il eſt une fois hors du grenier & tranſporté chez le meunier. Le moulin eſt une ſi grande machine, compoſée de tant de pièces, & tellement compliquée, qu'il eſt impoſſible à l'œil le plus pénétrant d'en ſuivre toutes les opérations, & quand il le pourroit, l'éloignement où l'on ſe trouve quelquefois du moulin, l'état de l'atmoſphère ou des eaux, qui ne permet pas toujours de déterminer l'inſtant où l'on moudra, ſont d'autres obſtacles encore qui multiplient les difficultés.

Quand la bonne Ménagère pour ne pas perdre de vue ſon grain, le feroit accompagner par ſa ſervante au moulin, qu'elle s'y rendroit enſuite pour être préſente à la mouture; qu'elles ſe diſtribueroient l'une près de la trémie & l'autre à la huche; le meunier, malgré leur vigilance, peut à ſa volonté, comme un joueur de goblet, à la faveur d'une ficelle, d'un geſte, d'un mot convenu, eſcamoter le blé en haut, en y ſubſtituant un grain de moindre qualité, donner en bas plus de ſon que de farine, & mettre par-là en défaut les regards de ſes argus; ſans qu'il ſoit trop poſſible de voir la manœuvre, & de convaincre de fraude celui qui feroit capable de la faire. A Dieu ne plaiſe que je cherche à rendre ſuſpecte la conduite de qui que ce ſoit! je

je desirerois même qu'il fût possible d'effacer ici toute impression défavorable sur le compte du meunier.

Si l'on ajoute à cet inconvénient celui des moulins mal montés, mal entretenus & dirigés sans intelligence, on ne pourra guère se dispenser de sentir la nécessité & les avantages qu'il y auroit d'établir le commerce des farines dans tout le Royaume, puisqu'on ne seroit plus exposé à être trompé par la cupidité, la maladresse & la négligence du meunier : les pertes, les malfaçons seroient toujours à la charge du marchand, qui, par cette raison-là même, seroit intéressé à veiller de près la farine, dont la bonté, la blancheur, & la qualité qui en résultent, ne répondent pas toujours à la qualité du blé.

Le commerce des farines seroit encore l'unique & le plus sûr moyen, de rendre la mouture économique plus générale. Nos marchés seroient alors garnis de farine autant que de blé, ainsi qu'ils le sont à Paris depuis une trentaine d'années que les boulangers ont abandonné l'usage dans lequel ils étoient d'envoyer leur blé au moulin & de bluter chez eux, pour ne plus acheter que de la farine toute prête à être employée.

Si la bonne Ménagère avoit le temps & l'occasion de faire des essais de comparaison, entre

les produits de différentes moutures, nous l'engagerions, nous la folliciterions avec inftance, à vérifier par elle-même, fi on lui en impofe, fi on exagère, & fi nous avons d'autres vues que fa confervation & fon économie : elle verroit bientôt combien la mouture économique eft en état de lui procurer de bénéfice, & que c'eft un moyen affuré & connu, de retirer du même grain un fixième de plus en farine, beaucoup plus de pain par conféquent, & d'une qualité fupérieure à celui qui proviendroit d'un blé encore plus excellent. Pourquoi éprouve-t-on fi fouvent cette trifte vérité, que les chofes les plus utiles font ordinairement celles qui trouvent le plus d'oppofition lorfqu'on cherche à les rendre générales !

En attendant que la mouture économique, perfectionnée & defirée par tous les bons Citoyens, puiffe être fubftituée aux méthodes défectueufes de moudre, ufitées dans le Royaume, je ferai remarquer que les produits des moutures ordinaires ne pouvant être déterminés au jufte, parce qu'ils dépendent non-feulement de la qualité du grain & de l'efpèce de moulage, mais encore de la fidélité & de l'intelligence du meunier, comme auffi de la manière dont fon moulin eft monté, il faut de toute néceffité choifir

le meunier le plus habile, celui qui jouit de la meilleure réputation, & se confier aveuglément à lui : j'en connois d'honnêtes, qui font leur état avec une probité digne d'éloges.

Si on ne connoît pas suffisamment son meunier, & que par malheur on ait quelque raison de le soupçonner, il est bon alors de prendre ses précautions, pour être moins trompé que faire se peut. Il faudra donc d'abord peser son blé, cacheter le sac sur la ficelle, être témoin quand on le verse dans la trémie, & le cacheter de nouveau après qu'il a été moulu; continuer de payer la mouture en argent & non en substance, c'est-à-dire, en grain ou en farine; obliger de rendre poids pour poids, au déchet près, qui est connu & va tout au plus à cinq livres par setier de blé pesant deux cents quarante. Voilà à peu-près la conduite qu'on peut tenir en pareil cas.

J'avertis encore la bonne Ménagère, de ne pas abandonner désormais le son au profit de sa domestique, parce que celle-ci ne veillera pas à ce que le blé soit moulu à profit; & que le meunier, auquel elle aura pu recommander qu'il fasse en sorte que le son soit abondant & gras, moudra & blutera mal, donnera beaucoup de son à la servante & peu de farine à la maîtresse.

Cet ufage eft reconnu tellement abufif, que depuis peu les boulangers de la Capitale ne laiffent plus à leurs garçons les balayeures du fournil, parce qu'ils ont remarqué qu'il y en avoit qui introduifoient dedans de la farine même, pour en augmenter la quantité & le prix : évitons toujours de fournir à autrui des occafions de nous tromper.

De la Farine.

LORSQUE le blé eft revenu du moulin fans être bluté, c'eft-à-dire, le fon & la farine confondus enfemble, il exige d'autres foins, d'autres manipulations, fes propriétés font différentes; enfin ce n'eft plus du grain.

Il ne faut pas répandre fur le plancher, dans le grenier, la farine au fortir du moulin, blutée ou non, ainfi qu'on a coutume de le faire quelquefois pour le blé, auffitôt qu'il eft battu, vanné & criblé, parce que toutes fes parties volatiles & favoureufes, développées par l'action du broiement, s'évaporeroient bientôt, fi on ne la tenoit renfermée dans des facs. La farine en tombant de la trémie dans la huche, perd toute la chaleur qu'elle a éprouvée fous la meule, & l'on ne doit pas craindre qu'elle contracte aucune odeur.

En tenant la farine renfermée dans des ſacs, & plaçant ces ſacs dans un lieu tel que nous l'avons déſigné à l'article de la conſervation du blé, on empêcheroit encore que l'air n'enlève la portion de la farine la plus fine & la plus légère; que la pouſſière qui pourroit s'introduire par la fenêtre, la porte, ou qui tomberoit du haut du plancher, ne ſe dépoſe à la ſuperficie du tas de farine; enfin, que les rats, les chats & les inſectes n'y occaſionnent beaucoup de dégâts: de bons obſervateurs ont remarqué que la mite, qui ſe met dans la farine répandue ſur le plancher à l'air libre, n'entroit pas auſſi aiſément dans les ſacs.

Si dans quelques établiſſemens où il ſe fait une grande conſommation de farine, on prétend qu'il ſoit plus commode de répandre cette marchandiſe ſur le plancher, ou ſur le carreau d'un magaſin, plutòt que de la diſtribuer dans des ſacs, & de l'y tenir renfermée, parce que d'un côté on évite l'embarras & la dépenſe des ſacs, & que de l'autre on ne court pas autant de riſques de la part des temps humides & chauds, vu qu'on eſt plus à même de remuer la farine avec la pelle, de la rafraîchir à volonté par l'air nouveau & froid qu'on y introduit, nous répondrons que c'étoit à la vérité la

pratique qu'on ſuivoit autrefois dans les magaſins & les hôpitaux; mais qu'on en eſt revenu à cauſe des inconvéniens qui en ſont inſéparables, pour adopter la pratique dont nous parlons, & qu'il eſt démontré que la farine dans les ſacs s'échauffe moins.

Nous répondrons encore qu'en iſolant les ſacs de farine de toutes parts, comme nous l'avons recommandé pour le blé, en les tenant ouverts lorſqu'il fait chaud; en y enfonçant le manche d'une pelle juſqu'au fond, pour y former ce qu'on nomme une cheminée, afin que l'air qui pénètre dans l'intérieur du ſac, enlève avec lui une humidité particulière qui tranſpire continuellement des corps végétaux amoncelés, la farine, ſi elle vient du blé ſec & mûr, ſe conſervera en bon état. On peut même renouveler ces cheminées de la même manière, en faiſant à côté des trous perpendiculaires, depuis l'orifice juſqu'au fond du ſac.

Le grain moulu qui n'a pas encore paſſé au blutage, rapporté à la maiſon, eſt brut & groſſier, il faut lui enlever le corps étranger qui donne à la farine un toucher rude & un aſpect déſagréable; ce corps étranger eſt le ſon, qui n'eſt utile qu'au blé, & que l'on doit ſoigneuſement ſéparer, parce qu'il ne peut nourrir.

La bluterie, cette partie de la boulangerie ſi perfectionnée en France, n'a été imaginée que pour cet effet unique.

Mais pour procéder avec avantage à la ſéparation du ſon, des farines, il faut faire en ſorte de choiſir quand on le peut un temps favorable & ſuffiſamment ſec; car, lorſque l'air ſe trouve chargé de beaucoup d'humidité, celle-ci s'attache aux bluteaux, qui ne laiſſent pas paſſer toute la farine, laquelle ſe détache difficilement du ſon : cet inconvénient n'a pas lieu au moulin, lorſqu'on blute en même temps que l'on moud.

Je crois que c'eſt une erreur de penſer qu'il faille laiſſer ſéjourner un certain temps l'écorce du blé dans la farine, ſous le prétexte qu'elle la conſerve & la bonifie. Il eſt démontré, au contraire, par une multitude d'expériences que le ſon s'échauffe & s'altère plus promptement que la farine, qui prend à la longue de l'odeur, de la couleur, & particulièrement une ſaveur que l'on diſtingue par le nom de *goût de ſon*, ou *de bis :* d'ailleurs, c'eſt une maxime parmi les Commerçans, que les farines s'échauffent d'autant plus aiſément qu'elles ſont plus biſes; c'eſt-à-dire, qu'elles contiennent plus de ſon.

Le ſon ne doit donc reſter mélangé avec la farine, que le temps néceſſaire pour que la

farine qui y adhère s'en détache & se désunisse insensiblement : ce temps est à peu-près l'affaire de huit jours en été, & le double en hiver.

Comme il faut tirer parti de tout, & notamment du grain, qui sert aux objets de première nécessité, on remarquera que le son appartenant à un blé humide, moulu & bluté dans cet état, pourroit retenir beaucoup de farine, qui ne se détache que quand il acquiert de la sécheresse; il conviendroit de le passer de nouveau aux bluteaux avant de l'employer, afin d'en séparer cette farine qui pourroit entrer dans la composition du pain des domestiques.

On retire ordinairement du même grain plusieurs espèces de farines qui varient en blancheur, en finesse, en pesanteur & en propriété : elles sont connues dans le commerce sous différentes dénominations, & ne doivent leur existence qu'à la manière dont elles ont été moulues & blutées.

Il n'y a pas de méthode de moudre qui fasse plus d'espèce de farine du même grain, que celle par économie, parce qu'on moud & remoud, que l'on rend à part les différens produits qu'on obtient, soit en farine, soit en son.

On distingue dans la mouture économique, cinq sortes de farines, & rien n'est plus avantageux que d'extraire ces farines à part : elles

ont chacune des propriétés particulières, & propres à former un bon tout, un pain meilleur, plus substantiel, plus nourrissant que celui qui résulteroit de chaque espèce de farine prise séparément : toutes ces farines devroient donc être employées la plupart du temps ensemble, & un pareil mélange mériteroit à juste titre le nom de *farine de ménage.*

Me voici ramené, comme malgré moi, à dire encore un mot sur les avantages du commerce des farines & de la mouture économique : ainsi je terminerai cet article par une nouvelle réflexion à ce sujet. La bonne Ménagère ne pourroit que trouver un bénéfice assuré en vendant son blé, pour acheter de la farine à la place, parce que quand elle fait moudre, elle ne s'attache point à connoître d'une manière positive le produit en farine & en son qu'on lui rend de son grain; elle n'en a pas même le moyen, puisque souvent elle est à la discrétion du meunier, tandis que la farine qu'elle auroit payée au poids, lui donneroit la facilité de juger, d'après un calcul exact, le prix auquel lui reviendroit son pain, sans compter qu'elle n'auroit plus l'inquiétude du soupçon, la peine de soigner la mouture, l'attirail des bluteaux, les gênes continuelles de vider & de remplir les sacs, tous embarras qui occupent

& partagent ſon temps quelquefois en pure perte. Nous verrons dans l'inſtant que la bonne Ménagère ſeroit encore moins expoſée à être trompée par les marchands de grains, parce que la farine a des caractères frappans, difficiles à méconnoître pour l'œil le moins exercé.

Des moyens propres à faire connoître la qualité de la farine.

RIEN de plus ſpécieux en apparence, que de dire que la farine ſubſtituée au blé dans le commerce, donneroit lieu à de nouveaux abus d'autant plus dangereux, qu'il ſeroit difficile & peut-être même impoſſible de s'aſſurer des mélanges de toutes ſortes d'ingrédiens, qu'on auroit pu mettre en uſage pour la falſifier & l'alonger: mais l'expérience prouve le contraire; & j'oſe aſſurer que la farine a des caractères diſtinctifs de bonté & de médiocrité, comme le grain qui la produit.

S'il s'agiſſoit d'indiquer ici toutes les manières par leſquelles on éprouve la farine, il ſeroit néceſſaire de citer la pratique de ceux qui ont continuellement ſous les yeux cette marchandiſe, puiſque les fariniers, les meuniers & les boulangers ont chacun la leur, indépendamment de l'habitude qu'ils ont preſque tous, pour juger

à la première inſpection de la farine, quelle eſt l'eſpèce & la qualité du grain d'où elle provient; mais il nous ſuffira de rapporter les marques les plus ſenſibles, qui peuvent ſervir comme de pierre de touche à la bonne Ménagère, pour connoître la valeur de la farine.

Nous lui avons déjà déſigné les bonnes & les mauvaiſes qualités du blé, faiſons-en autant pour la farine.

La meilleure farine eſt d'un jaune citron, sèche, grenue, peſante; elle s'attache aux doigts, & preſſée dans la main elle reſte en une eſpèce de pelotte: pour juger de ſa bonté d'une manière encore plus exacte, il faut en faire une boulette avec de l'eau, ſi la pâte qui en réſulte, après l'avoir bien maniée, s'affermit promptement à l'air, prend du corps & s'alonge ſans ſe ſéparer, c'eſt un ſigne alors qu'elle eſt bien faite, & que le blé qui l'a fournie eſt de la meilleure qualité.

La farine de moyenne qualité a un œil moins vif, elle fait une pâte qui mollit & tient aux mains; elle eſt courte & ſe rompt volontiers lorſqu'on veut l'étendre.

Quant aux farines altérées, elles s'annoncent aſſez par leur odeur qui eſt ordinairement aigre ou infecte, odeur qui pourroit être maſquée

dans le grain, mais que les meules ne manquent pas de développer.

On peut encore pour connoître la qualité de la farine, employer le moyen suivant: prenez une livre de farine, formez-en une pâte avec une suffisante quantité d'eau, maniez ensuite cette pâte pendant un demi-quart d'heure, puis tenez-là entre les mains sous le robinet d'une fontaine, d'où sort un filet d'eau qui, en passant sur la pâte, doit traverser un tamis, afin que s'il se détachoit quelque chose de la pâte on pût l'y incorporer; dès que l'eau aura entraîné avec elle toute la matière farineuse, & qu'elle cessera d'être blanche, il restera dans les mains une substance colante, qui en s'étendant présente une membrane transparente, qui ne s'attache pas aux doigts mouillés. On pèse cette matière, & s'il s'en trouve entre quatre & cinq onces, on peut conclure que c'est la meilleure farine.

Moins la farine fournira de cette matière colante, moins aussi elle aura de qualité; je dis toujours la farine, parce que le blé pourroit en contenir beaucoup & la farine n'en donner que très-peu. Le meunier en moulant mal laisse beaucoup de gruau dans les sons, diminue d'autant la valeur & la bonté de la farine, ainsi

que la proportion de cette matière colante, qui n'eſt jamais abondante dans les blés niellés, dans les blés humides & dans les moutures vicieuſes.

Outre que l'abondance de la matière colante eſt un caractère de la bonne qualité de la farine, elle peut ſervir encore à faire reconnoître leur mélange & leur détérioration, puiſque cette matière colante ne ſe rencontrant que dans la farine qu'on retire du blé, tous les ingrédiens qu'on y ajouteroit diminueroient ſa quantité.

J'ai déjà avancé que la connoiſſance des farines étoit pour le moins auſſi facile à acquérir que celle des grains qui les avoient produites, ce qui m'a engagé à ajouter que la bonne Ménagère ne ſeroit pas plus expoſée à être trompée de ce côté; en effet, ſi les commerçans pouvoient jamais ſe permettre d'introduire dans les farines de la craie, du plâtre, &c. il ſuffiroit de les délayer à grande eau; ces matières étrangères ſe dépoſeroient bientôt en ſe préſentant telles qu'elles ſont. Il ſeroit bien aiſé encore de s'en apercevoir, ainſi que je l'ai déjà dit, en faiſant avec ces farines du pain qui ſeroit lourd & maſſif: mais enfin, plus la farine contiendra de matière colante, plus elle ſera d'un bon travail, rendra de pain & de bonne qualité.

De l'eau dans le pain.

LA bonté du pain ne dépend nullement de la qualité des eaux avec lesquelles on le fabrique, c'est le degré de chaleur qu'on leur donne qui y contribue ; les expériences que j'ai faites dans quelques endroits où cette opinion étoit le plus en vogue, ne me permettent plus de douter de cette vérité.

Toutes sortes d'eaux, pourvu qu'elles soient potables, peuvent servir indifféremment à la préparation du levain, au pétrissage de la pâte & à la fabrication du pain ; ainsi l'eau de puits, l'eau de citerne, l'eau de fontaine, l'eau de rivière & l'eau de pluie, ne présentent dans la fermentation & la cuisson de cet aliment, aucune nuance de légèreté, de blancheur & de saveur, capable d'en désigner la nature, l'espèce & l'origine.

On auroit peine à se persuader combien l'idée dans laquelle on est en province que l'eau fait le pain, combien, dis-je, cette idée nuit à la bonté de cet aliment ; lorsqu'il est mauvais on ne s'en prend jamais à l'imperfection du moulage ou à l'ignorance du fabriquant, c'est toujours sur la qualité des eaux qu'on se rejette, & l'impossibilité de s'en procurer d'autres, accoutume

insensiblement à une nourriture défectueuse, qu'on pourroit facilement rectifier si l'on n'étoit pas trompé sur les véritables causes.

Les Auteurs qui sont continuellement disposés à expliquer des phénomènes qui n'existent point, & à perpétuer des erreurs qui n'ont aucune vraisemblance, devroient bien vérifier si leur opinion est fondée avant d'en faire part, & ne pas désigner toujours l'eau où cuisent les légumes & qui dissout parfaitement le savon, comme la seule propre à fabriquer du bon pain, puisque la plupart des boulangers de la Capitale, se servent de l'eau de puits, qui n'a précisément aucune des propriétés qu'ils exigent; on ne disconviendra pas cependant que le pain de Paris, ne soit un des meilleurs qu'on mange en Europe; c'est donc le degré de chaleur qu'on donne à l'eau qui produit tout l'effet.

Je ne conteste pas que dans quelques Arts, l'eau ne puisse avoir de l'influence; mais ce n'est pas ici le lieu d'en donner la raison : j'observerai seulement que l'air concourt davantage à la qualité & à la saveur d'une eau qui n'est pas dans la classe des eaux minérales, que la petite quantité de matière saline & terreuse, très-souvent insipide qui s'y trouve en dissolution.

L'eau en s'unissant avec la farine dans le

pétriſſage, lâche ſon air lorſque la pâte fermente & qu'elle éprouve la chaleur de la cuiſſon, à peu-près de la même manière que ſi on la faiſoit chauffer, en ſorte qu'elle a beau être légère avant de s'être corporifiée avec la pâte, elle ſe trouve par ce moyen, aſſimilée à l'eau la plus peſante : il ſeroit bien impoſſible aux buveurs d'eau de deviner l'eſpèce qu'ils boiroient, ſi elles étoient toutes dans l'état tiède.

On peut établir en général, que l'eau doit être employée dans la fabrication du pain ſous trois états, 1.° telle qu'elle eſt quand il fait chaud, 2.° tiède en hiver, 3.° enfin, chaude dans les grandes gelées ; mais on a remarqué qu'il réſultoit toujours de la même farine, trois qualités de pain différentes, & que la meilleure étoit conſtamment celle qui avoit été pétrie à l'eau froide. Le pain à l'eau froide ou tiède, ſera toujours plus délicat que celui à l'eau chaude.

Beaucoup de gens de la campagne, ſont dans l'uſage de faire bouillir la totalité de l'eau qu'ils veulent employer pour préparer leur pain : j'en ai vu courir le village, pour chercher un vaſe aſſez grand pour la contenir ; mais il ſuffit d'en faire bouillir une partie, & de la mêler enſuite toute bouillante avec l'autre qui eſt froide,

froide, d'où il résulte une eau à la température que l'on desire.

Que l'on se donne bien de garde sur-tout de verser sur le levain de l'eau bouillante, même dans le temps où le grand froid rend l'eau chaude nécessaire, dans l'intention de la tiédir aussitôt par le mélange de l'eau froide, parce qu'elle surprendroit la pâte, la rendroit grise, molle, lui ôteroit de sa fermeté & de sa consistance; c'est sans doute comme cela qu'il faut entendre les mauvais effets que l'on attribue sans preuve à l'eau qui a bouilli, on a voulu dire l'eau bouillante. Mais comme dans les temps chauds & dans certains endroits, l'eau pourroit contenir des insectes ou des œufs, on ne devroit jamais l'employer sans la passer à travers un tamis de crin serré.

Du Levain.

Le levain est la partie la plus essentielle, la plus délicate & la plus difficile de la fabrication du pain. Cet aliment sans lui ne seroit autre chose qu'une galette plate, visqueuse, indigeste & sans goût.

Le procédé que l'on suit dans la préparation du levain, la quantité qu'on en introduit dans la farine, l'état de fermentation où il se trouve

à l'inſtant même qu'on va l'employer, la néceſſité de le veiller & de le conduire dans le pétrin, ſont autant de points d'où dépendent la légèreté, la blancheur, le volume & le bon goût du pain : arrêtons-nous un inſtant ſur chacun de ces points, ils méritent bien qu'on s'y rende attentif. Je garantis qu'après cela on pourra faire avec le grain le plus médiocre, de très-bon pain.

Je l'avoue, & je dois en prévenir la bonne Ménagère, ce que je vais expoſer dans cet article & dans ceux qui ſuivent, eſt abſolument contraire aux principes qu'elle a adoptés, & aux uſages qu'elle ſuit; mais j'eſpère qu'avant de juger, elle voudra bien exécuter à la lettre, ſans préoccupation. Je me flatte qu'enſuite elle renoncera à ſon antique routine, avec les regrets de ne pas l'avoir abandonnée plus tôt. Faiſons en ſorte de la rapporter ici en abrégé cette antique routine : les femmes intéreſſantes auxquelles je m'adreſſe, méritent d'être éclairées ſur cet objet, & non critiquées.

Le levain de la dernière fournée, lorſqu'on eſt ſur le point de s'en ſervir, a quelquefois huit jours, & même plus, ſuivant la grandeur du four, le nombre des conſommateurs, l'uſage & le goût du pays. Le ſoir, la veille de la cuiſſon,

on dépofe ce levain dans un enfoncement préparé au milieu de la farine deftinée à être convertie en pain, on le délaye, dans toutes les faifons, avec de l'eau chauffée au point qu'on n'y fauroit tenir la main : on y mêle peu-à-peu la farine circonvoifine, qui fait à peu-près le douzième de la totalité de celle qu'on fe propofe d'employer : on en forme une pâte molle qu'on laiffe repofer toute la nuit dans le pétrin, & qu'on tient chaudement couvert : le lendemain matin on le trouve prefque toujours crevaffé à la furface & dans les côtés, affaiffé & aplati, ayant coulé de toutes parts par rapport à fon peu de confiftance & à fon trop grand apprêt. Il exhale alors une odeur aigre très-fenfible ; enfin il eft paffé.

C'eft cependant avec un levain de cette efpèce que l'on fe propofe de faire le pain. Que peut-on efpérer du meilleur grain & de la plus belle farine lorfque le fondement de tout l'édifice eft manqué ! lorfqu'on continue toujours d'agir fans principes, que l'on pétrit fans foin avec de l'eau très-chaude, que la pâte eft mal tournée, qu'on l'enfourne trop tôt ou trop tard, fans être jamais à fon vrai point ; enfin quand le four eft mal conftruit, & qu'il n'eft pas chauffé au degré qu'il convient !

Tandis que la bonne Ménagère fait l'impoſſible pour n'employer qu'un levain bien vieux, c'eſt-à-dire, extrêmement aigre & ſans force, le boulanger ne paroît occupé que des moyens de ſe procurer tout le contraire, c'eſt-à-dire, un levain nouveau & vineux : il met de côté, dès le matin, un morceau de pâte, à laquelle il ajoute pluſieurs fois dans le cours de la journée, juſqu'à cinq fois, de nouvelle farine, ce qu'il appelle *rafraîchir ſon levain*, afin que trois heures avant de pétrir, ce levain, formé ainſi en différens temps, ſoit ſpiritueux & produiſe tout l'effet deſiré : mais il s'agit moins de parler des ſoins multipliés que le boulanger adroit, vigilant & actif emploie pour préparer & conduire ſon levain, que d'indiquer ici à la bonne Ménagère les moyens ſimples qui ſont le plus à ſa portée, & les plus conformes à ſes occupations, pour mettre, en peu de temps & avec moins d'appareil, le levain dans le véritable état où il doit produire l'effet qu'on deſire.

De la préparation du Levain.

TOUT eſt important dans la fabrication du pain; mais le plus eſſentiel réſide particulièrement dans la préparation & l'emploi du levain,

c'eſt la partie de la boulangerie qui demande le plus d'attention, d'intelligence & d'expérience.

Si nous ſuivions ici le boulanger dans la conduite qu'il tient pour ſoigner le levain, nous le verrions tout le jour, épiant, preſque ſans diſcontinuer, ce qui s'y paſſe ; mais il ſeroit ridicule d'impoſer à la bonne Ménagère, la même gêne & le même travail, elle n'a pas comme lui, un intérêt marqué à la grande perfection de ſon pain, pourvu qu'il ſoit bien fabriqué, qu'il ait toutes les qualités requiſes, cela doit ſuffire ; ainſi loin de la gêner, nous avons cherché même à ne pas la déranger dans l'uſage des heures qu'elle a choiſies pour préparer ſon levain, pétrir ſa pâte & cuire ſon pain.

La veille où l'on doit cuire, on prendra le levain de la dernière fournée, que l'on délayera le ſoir avant que de ſe coucher, dans le tiers de farine deſtinée à être employée en pain avec l'eau froide ; on formera du tout une pâte ferme, qu'on laiſſera toute la nuit dans le bout de la huche ou du pétrin, entourée de farine qu'on élèvera & que l'on foulera afin qu'elle ait plus de ſolidité, & qu'elle contienne mieux le levain dans ſes limites.

Si la bonne Ménagère étoit curieuſe d'avoir encore un pain plus léger, plus blanc & plus

parfait, elle pourroit, au lieu de commencer à faire pétrir sa pâte à six heures du matin, différer jusqu'à neuf heures, & délayer son levain de la même manière que la veille, en tenant cependant sa pâte plus douce, moins ferme; il n'y auroit que du retard, avec l'avantage d'avoir un pain plus savoureux, sans augmentation d'embarras ni de dépense. Dans la fabrication du pain, on ne peut pas établir de règles fixes & invariables; il n'y a rien qui soit plus assujetti aux vicissitudes des saisons, que la pâte qui fermente dans les grands froids. Il faut employer pour le levain de l'eau un peu chauffée, mettre ce levain dans une corbeille bien couverte auprès du feu : voilà pour l'hiver. En été, dans les grandes chaleurs, on fait ce levain avec l'eau froide, que l'on met également dans une corbeille, & que l'on expose ensuite à la cave ou dans un lieu très-frais.

En préparant le levain comme je viens de l'indiquer, jamais il n'est aigre, mat, déchiré & coulant. L'état ferme que je lui donne, l'eau froide avec lequel il est formé, la quantité de farine qu'on y emploie, l'espèce de muraille établie tout autour, sont tout autant d'obstacles que j'oppose au travail trop prompt de la fermentation, & à l'apprêt du levain qui en est la suite; j'en ralentis pour ainsi dire l'effet,

& j'opère par ce moyen en ſept à huit heures, ce qui arriveroit en trois heures avec l'eau tiède ou chaude, une pâte molle & moins de farine.

La bonne Ménagère, perſuadée que le levain le plus aigre eſt le meilleur à employer, parce qu'elle prétend qu'il a plus de force, accourt chez le boulanger, quand elle a oublié de mettre en réſerve une portion de la pâte de ſa dernière fournée, demande un morceau de levain le plus vieux; mais combien elle ſe trompe! la pâte qui eſt aſſez levée pour être enfournée lui conviendroit infiniment mieux, que le levain aigre & paſſé qui fait l'objet de ſes vœux; les boulangers ont beau lui dire ce proverbe ſi commun parmi eux: *Vieilles remouillures & jeunes levains donnent de bon pain*, elle eſt indocile à leur voix, & n'écoute que celle du préjugé qui la maîtriſe dans ce moment.

En ſuppoſant que le levain ſe trouve paſſé, malgré les précautions que je recommande, ſoit parce qu'il ſeroit ſurvenu quelqu'orage pendant la nuit, ou quelqu'autre circonſtance imprévue, alors on pourroit ſuivre ce que j'ai dit, rafraîchir ce levain avec la moitié de ſon poids de farine, de l'eau froide ou tiède, & l'employer trois heures après.

On dit & on répète, ſans avoir fait aucun

essai, que quand le levain est très-vieux & qu'il a beaucoup d'aigreur, il n'est plus propre à faire lever la pâte; mais rien n'est plus ridicule, & j'ose même assurer qu'en cet état, pourvu qu'il ne soit pas moisi & passé à la putréfaction, le levain peut être rappelé au meilleur état possible, en observant les précautions que nous venons de recommander, c'est-à-dire, en y mêlant la farine, l'eau froide, & en le renouvelant encore une fois, comme fait à peu-près le boulanger, pour raccommoder son levain lorsqu'il a perdu son apprêt.

Terminons donc par prier avec instance la bonne Ménagère, de ne pas se mettre en œuvre pour pétrir sa pâte, qu'elle n'ait auparavant bien examiné l'état où se trouve le levain qu'elle doit employer : s'il n'est pas bien bouffant, crénelé, d'une odeur vineuse, qu'il soit au contraire aplati, crevassé & aigre, il faut absolument qu'elle le renouvelle; c'est l'affaire de trois heures pour avoir un pain meilleur, plus blanc, & j'ose assurer plus salubre.

De l'usage du Son dans le Pétrissage de la pâte.

Ce n'est pas une économie de faire entrer tout le son en substance dans la composition du

pain ; non-ſeulement parce qu'il ne nourrit pas par lui-même, mais encore à cauſe des obſtacles qu'il apporte néceſſairement à la bonne fabrication du pain : il a encore un autre défaut capital, c'eſt d'exciter l'appétit, & de paſſer en entier tel qu'on l'a pris, ſans être digéré ; en ſorte qu'il eſt prouvé qu'une livre de pain, dans la compoſition duquel il n'y a pas de ſon, ſubſtante davantage qu'une livre & un quart avec du ſon.

Cette obſervation, confirmée par un très-grand nombre d'expériences, & faite par des Entrepreneurs qui avoient beaucoup de monde à nourrir, leur a fait préférer de diſtribuer aux ouvriers un pain moins bis & en moindre quantité ; ce changement a réuſſi ſingulièrement bien.

Tous les jours on dit qu'un pain ſerré, groſſier & bis, nourrit davantage parce qu'il tient plus long-temps dans l'eſtomac ; mais c'eſt préciſément le contraire : plus un pain a de volume, plus il doit occuper l'eſtomac, qui par ſa capacité a beſoin d'être rempli ; or le ſon eſt un moyen d'empêcher le volume du pain, & par conſéquent il fait perdre à cet aliment une partie de ſes effets nutritifs loin de les augmenter. La méthode de laiſſer la totalité du ſon dans la compoſition du pain, entraîne après elle encore d'autres inconvéniens : le ſon aide beaucoup à la

fermentation de la farine avec laquelle il ſe trouve mêlé, & il la fait bientôt gâter, ſi on n'a pas la précaution de la remuer ſouvent, premier inconvénient. Dans le pétriſſagé, le ſon toujours groſſier, toujours étranger à la farine, empêche l'eau de s'incorporer dans cette dernière, d'une manière auſſi intime, auſſi uniforme, d'où il réſulte une pâte inégale, ſecond inconvénient. Les levains dans leſquels il entre du ſon, ſont toujours très-aigres; ils perdent trop promptement l'état vineux qui leur eſt néceſſaire pour donner un bon apprêt à la pâte, troiſième inconvénient. Le pain qui contient trop de ſon, ne peut perdre ſon humidité au four, il reſte preſque toujours mat ou gras, ce qui en accélère la moiſiſſure, quatrième inconvénient.

Tous ces inconvéniens, & beaucoup d'autres qu'il ſeroit ſuperflu de rapporter ici, ont été bien ſentis par le Gouvernement, qui vient d'ordonner la ſéparation de vingt livres de ſon par ſac du poids de deux cents livres de grain, qu'on emploie à la fabrication du pain de munition. Les Soldats béniront à jamais la mémoire du Miniſtre éclairé, qui a déterminé le Prince bienfaiſant à accorder à ſes troupes une meilleure nourriture.

C'eſt donc une fauſſe économie, que de faire entrer, pour ne rien perdre, tout le ſon dans le

pain, puiſqu'indépendamment des effets dont nous parlons, il n'en réſulte qu'un aliment déſagréable; ainſi il vaudroit mieux en engraiſſer les beſtiaux, que de l'employer à la fabrication du pain. Il eſt cependant un moyen, pour ne rien perdre, de retirer du ſon tout ce qu'il peut procurer au pain, en ſéparant le peu de farine qu'il contient encore à la faveur de l'eau, ſans employer le feu : à la vérité, la mouture économique ne donne que des ſons parfaitement épuiſés; mais en revanche ceux qui proviennent d'autres moutures, ſe trouvent chargés encore d'une excellente farine, capable de donner au pain plus de ſaveur, & une augmentation de poids conſidérable : voici de quelle manière.

On mettra le ſoir, la veille de la cuiſſon, le ſon à tremper dans l'eau, qui pendant la nuit pénétrera toute l'écorce, détachera inſenſiblement la matière farineuſe, & généralement tout ce qu'elle peut avoir de nourriſſant : le lendemain matin on remuera le ſon, que l'on preſſera entre les mains pour achever la ſéparation de la farine & ne laiſſer que le bois : on paſſera l'eau ainſi chargée à travers une toile forte ou un tamis de crin, & elle pourra ſervir au pétriſſage de la pâte.

Cette méthode de ſéparer par le lavage la

farine qui adhère obſtinément au ſon, malgré les efforts du meunier & l'exactitude de la bluterie, ne peut être comparée à celle qui a été tant vantée, & qui conſiſte à faire bouillir le ſon dans l'eau, pour en employer la décoction au pétriſſage de la pâte; le pain fabriqué qui réſulte de la première méthode a meilleur goût, eſt mieux levé & plus abondant; d'ailleurs, le ſon qui a macéré dans l'eau froide peut reſſervir encore étant mélangé avec du ſon pur, pour les beſtiaux qu'il faut remplir ou raſſaſier encore plus que nourrir.

Mais je prie la bonne Ménagère de me pardonner ſi je reviens quelquefois ſur le même objet, mon motif auprès d'elle eſt mon excuſe: je n'ai d'autre envie que de ſeconder ſes vues. Tout le ſon dans le pain augmente la maſſe & diminue le volume : l'expérience prouve que plus un pain a d'étendue, plus auſſi il eſt ſavoureux, ſalubre, nourriſſant & économique. Que puis-je rapporter de plus pour déterminer à n'employer le ſon que comme je viens de l'indiquer !

De la Levure & du Sel.

La levure & le ſel ne ſont pas employés par-tout dans la fabrication du pain : il y a même tout lieu de préſumer que leur uſage eſt

rarement utile & jamais indiſpenſable, particulièrement lorſque les grains dont on ſe ſert ſont parfaits, & que la ſaiſon qui les a produits a été favorable: voici ſur quoi je me crois fondé.

Dans quelques endroits où l'on braſſe, & où par conſéquent la levure eſt commune, elle eſt le ſeul levain qu'on emploie pour faire le pain blanc : alors le peu qu'on y en met eſt toujours trop, la pâte s'apprête très-promptement ſi elle a paſſé ſon point, elle s'aplatit & ne bouffe plus au four; d'ailleurs le pain qui en réſulte, quand bien même il ne lui ſeroit arrivé aucun accident pendant la fermentation, qu'il auroit été enfourné à ſon vrai point & cuit à propos, ce pain, dis-je, ne ſauroit être comparé à celui préparé avec du levain au lieu de levure : s'il eſt bon le premier jour, le lendemain & le ſur-lendemain il eſt ſec, gris, d'une ſaveur amère & très-ſouvent déſagréable.

La levure employée en moindre quantité, & concurremment avec le levain, ne produit pas d'auſſi mauvais effets; mais auſſi le pain eſt moins ſavoureux que s'il étoit fait ſans levure. Le levain ſoutient la pâte, la levure au contraire la relâche : ſi cette dernière eſt quelquefois néceſſaire, ce n'eſt que dans les grands froids où la fermentation a beſoin d'être

aidée ; alors un peu de levure réussit assez bien ; on la délaye, non pas comme on le conseille dans les levains, mais dans l'eau tiède, tout en *bassinant* la pâte : autrement, je le répète, la levure n'est pas essentielle dans le pain, & on peut sans risques s'épargner cette dépense qui est superflue.

Il est des provinces où l'on ne fait pas de pain, de quelqu'espèce qu'il soit, sans y introduire en même temps du sel, & il est rare qu'il n'y en ait pas toujours trop, au point souvent que la saveur naturelle & agréable de cet aliment n'est plus du tout sensible.

C'est particulièrement vers le Midi que l'usage de mettre du sel dans le pain est adopté & suivi ; cependant les blés de ces contrées sont ceux qui ont le moins besoin de cet assaisonnement : ils portent avec eux une saveur infiniment préférable à celle du sel, qui n'augmente pas autant qu'on l'assure la quantité & la qualité du pain qu'on en prépare.

Il est vrai que si les blés récoltés dans des pays chauds & dans des saisons sèches, peuvent très-bien se passer de sel ; il faut convenir que ceux qui proviennent de pays froids & d'années humides, doivent gagner par cette addition, parce que leurs farines ont moins de saveur, &

qu'elles donnent une pâte qui n'a pas de ſoutien : or le ſel remédiera à ces deux inconvéniens ; mais il faut en proportionner la doſe, afin que le bon goût du pain ſe trouve plutôt développé que maſqué & détruit par l'âcreté du ſel quand il s'y trouve par ſurabondance : cette doſe eſt à peu-près une demi-livre par quintal de farine, réſultante des blés des provinces ſeptentrionales.

Du Pétrin.

JUSQU'À préſent il n'a pas encore été queſtion des uſtenſiles uſités & néceſſaires pour la fabrication du pain ; nous avons ſuppoſé que la bonne Ménagère connoiſſoit, ou étoit à portée de connoître ceux qui ſont les plus commodes & les plus indiſpenſables à cet objet ; mais il y en a deux que l'on doit regarder comme les plus eſſentiels, & dont la forme peut influer ſur le ſuccès de tout l'ouvrage ; c'eſt le pétrin & le four, il eſt bon d'en dire deux mots.

Le pétrin, connu encore ſous les noms de *maie* & de *huche*, eſt une auge de bois ou coffre long, plus étroit dans ſa partie inférieure qu'à ſon ouverture, fait du bois le plus dur qu'on puiſſe trouver ; mais ce pétrin a l'inconvénient de permettre à l'eau de ſéjourner dans les angles, & de pénétrer enſuite à travers. Combien de

fois n'a-t-on pas vu le levain délayé s'échapper au moment du pétriſſage ! il convient, pour y remédier, de garnir ces angles de farine entaſſée, avant d'y verſer l'eau deſtinée à faire la pâte.

Une forme plus commode de pétrin, & que l'on doit préférer à celle du carré long, c'eſt le pétrin qui reſſemble à peu-près à un tonneau qu'on auroit coupé dans toute ſa longueur ; on y remue plus aiſément la pâte, elle s'y trouve plus ramaſſée & diſpoſée à faciliter les bras du pétriſſeur : on nétoye d'ailleurs beaucoup mieux ce meuble, ce qui eſt un grand avantage, car on ne ſauroit entretenir le pétrin dans une trop grande propreté.

Il eſt inutile de donner ici les proportions que doit avoit le pétrin, puiſqu'elles ſont réglées ſur la quantité de pain qu'on a à fabriquer : il faut toujours qu'il ſoit beaucoup plus long que large & profond, parce que celui qui travaille la pâte a plus de moyens de la retourner, & de donner les différens mouvemens qui ſont néceſſaires pour qu'elle devienne unie, légère & bien longue.

Il faut que le pétrin ſoit placé dans un lieu fort clair, qui ne ſoit ni trop chaud ni trop froid, & ſitué favorablement pour le pétriſſeur, afin qu'il puiſſe y voir & travailler à l'aiſe : s'il

s'il eſt ſous une fenêtre, on l'ouvrira en été afin de tempérer la fermentation; on la fermera au contraire en hiver, pour garantir le levain & la pâte des impreſſions de l'air : il faut encore que le couvercle joigne exactement, & qu'il n'y ait pas dans le voiſinage du pétrin, d'égout ou de matières en putréfaction.

Du Four.

TOUT le monde croit connoître la véritable forme du four; mais la plupart de ceux qui ſe mêlent d'en conſtruire, manquent preſque toujours du côté des proportions qu'il doit avoir: il eſt ordinairement plus grand qu'il ne faut, & la chapelle ou voûte qui couvre l'âtre eſt trop haute; en ſorte que rien n'eſt plus rare que de rencontrer chez une bonne Menagère un four bien fait.

Il conviendroit que le four fût toujours à couvert & près de la cheminée, pour y pouvoir entretenir la chaleur & conſommer moins de bois: ſa forme eſt ſouvent déterminée par la ſituation du lieu où il ſe trouve placé; mais elle eſt aſſez communément ovale.

On fait l'âtre du four avec de la terre glaiſe, ou du carreau, ou des briques, ou du grès;

c'eſt ſelon les reſſources que l'on a. Le grès eſt préférable en ce qu'il garde plus long-temps la chaleur, & que les briques s'échauffent & ſe refroidiſſent trop promptement, ce qui brûle le pain ſans le cuire: voici à peu-près les dimenſions que devroit avoir le four d'une maiſon particulière.

Sur une voûte conſtruite ſolidement en briques ou en moellons, on placera l'âtre du four, qui doit être pavé & très-plane: on donnera à l'âtre une ſurface de cinq pieds environ de longueur, ſur quatre pieds dans ſa plus grande largeur; la plus grande élévation du dôme ou chapelle au-deſſus de l'âtre ſeroit d'un pied à un pied & demi, environnant de toutes parts le foyer, à l'exception de la partie antérieure où l'on pratiquera une ouverture, nommée la *bouche du four*, aſſez grande pour laiſſer introduire le pain: cette bouche ſeroit garnie d'une porte de fer, comme celle d'un poèle, bien adaptée, que l'on pourroit ouvrir & fermer à volonté, pour que la chaleur ne puiſſe pas ſe perdre, & que le pain placé à l'entrée puiſſe y cuire comme celui qui occupe le fond.

En pratiquant au-deſſus du four une eſpèce de chambre, & tenant le deſſous de la voûte fort propre, la bonne Ménagère pourroit retirer

de ces deux endroits une très-grande utilité ; ſur le haut, elle ſécheroit ſon grain quand il ſeroit humide ou trop nouveau, dans le bas elle expoſeroit, en hiver, le levain & la pâte qui s'apprêtent difficilement.

M. de Puimarets, ce citoyen auſſi éclairé qu'il eſt reſpectable, ayant appris que l'hôpital général de Brives, qui lui a les plus grandes obligations, donnoit à moudre les ſeigles, très-humides & gras ſous la meule ; il fit égaliſer & carreler en briques le deſſus du four, & élever ſes murailles de ſix pieds de haut, en prolongeant les *ouras* du four dans cette chambre, par le moyen des tuyaux de poèles, & de cette manière il procura une excellente étuve économique.

Du Pétriſſage.

Du moment que le levain a été dépoſé au bout du pétrin, au milieu d'une *fontaine*, ou bien placé dans une corbeille, ſuivant la ſaiſon, c'eſt-à-dire, couverte & près du feu quand il fait froid, & dans un endroit frais en été ; il faut avoir l'attention, dès qu'il a acquis les caractères eſſentiels que nous lui avons aſſigné pour être employé ; de ne pas le toucher, ſans quoi on eſt expoſé à ne pas recueillir le fruit des ſoins qu'on a pris à ce ſujet.

Si le levain, pendant qu'il parvient à ſon apprêt, n'étoit pas couvert, qu'il fût expoſé aux inſultes des enfans, des animaux domeſtiques, à des mouvemens bruſques & violens, à des exhalaiſons fétides: la fermentation alors ſeroit bientôt interrompue ou trop accélérée; il s'échapperoit du dedans un principe ſpiritueux, inviſible, mais odorant; le levain s'affaiſſeroit, ſe creveroit, il paſſeroit en un clin-d'œil à l'aigre, & ne donneroit, étant ainſi employé, qu'un pain de mauvaiſe qualité : il vaudroit mieux alors ſe déterminer à recommencer ſon levain, c'eſt-à-dire, à le rafraîchir avec l'eau froide & de la farine, plutôt que de riſquer une fournée entière.

Mais nous voici arrivés à l'inſtant de faire la pâte. La farine eſt déjà dans le pétrin avec le levain, il ne s'agit plus que de les mêler enſemble, par le moyen de l'eau froide, tiède ou chaude, & de travailler le tout vivement, fortement & à propos.

Je ſuppoſe que le levain eſt au point où il faut qu'il ſoit pour produire le meilleur effet : s'il n'a pas été mis en fontaine on en fait une, & on le met doucement, ſans le rompre, ſur une partie de l'eau; on délaye très-promptement & très-exactement le levain, afin que l'eau

s'empare de l'eſprit qu'il contient, l'empêche de ſe diſſiper, & qu'il ne reſte aucuns grumeaux. Quand le levain eſt ſuffiſamment délayé, on y ajoute le reſtant de l'eau, qui doit être froide en été, pour rafraîchir le mélange échauffé par l'action des mains & de l'air; chaude en l'hiver, au contraire, pour produire un effet oppoſé.

Le levain étant ſuffiſamment délayé, & pour ainſi dire dans l'état liquide, on a l'attention de rompre la *fontaine,* afin que tout le liquide ſe répande & ſoit arrêté par l'autre partie de farine deſtinée à être convertie en pain; alors commence le pétriſſage.

On ramaſſe le tout enſemble, afin qu'il en réſulte une maſſe uniforme, que l'on manie bien en la portant de gauche à droite & de droite à gauche, la ſoulevant & la découpant, la diviſant avec les mains ouvertes, & non en y enfonçant les poings fermés, en pinçant & en arrachant la pâte avec les doigts pliés & les pouces alongés; c'eſt ce qu'on nomme *fraſer.*

Cette pâte eſt encore molle, un peu groſſière & inégale; on la travaille de nouveau & de la même manière, ayant l'attention chaque fois de ratiſſer le pétrin, d'introduire enſuite dans la maſſe, avec un peu d'eau, la pâte qu'on en a détachée: la pâte eſt alors plus uniforme & plus

ferme ; cette ſeconde opération s'appelle *contre-fraſer.*

Si l'on veut terminer le pétriſſage d'une manière plus complète, il faut faire un enfoncement dans la pâte ainſi *fraſée* & *contre-fraſée*, y verſer de l'eau froide ou tiède. Cette eau, ajoutée après coup & incorporée à force de travail dans la pâte, achève de diviſer & de confondre les parties les plus groſſières de la farine, & par le mouvement continu, vif & prompt, forme du nouvel air qui rend la pâte plus tenace, plus longue, plus égale, plus légère, ce qui produit un pain plus ſavoureux, plus perſillé & plus blanc ; c'eſt ce qu'on appelle le *baſſinage* de la pâte. Ce troiſième travail ne devroit jamais être négligé, il coûte peu de peine & vaut beaucoup.

Pour ajouter encore à la perfection que le baſſinage donne à la pâte, on la bat en la preſſant par les bords, en la pliant ſur elle-même, en la preſſant, l'étendant, la découpant avec les deux mains fermées & la laiſſant tomber avec effort.

La pâte étant travaillée convenablement, on la retire du pétrin par parties, en la découpant & la battant encore à meſure qu'on la met en maſſe ſur le tour où elle reſte une demi-

heure afin qu'elle conserve sa chaleur & entre en levain, il faut la tourner & la diviser au contraire sur le champ lorsqu'il fait chaud.

Le pétrissage fini & la pâte sur le tour, on ratisse le pétrin pour faire avec les ratissures le levain de la cuisson prochaine, on y ajoute le double de farine & de l'eau froide pour former une pâte ferme qu'on laisse dans le lieu le plus frais de la maison ; on ne sauroit trop blâmer la mauvaise habitude dans laquelle on est d'abandonner la pâte à elle-même sans être contenue dans un vaisseau quelconque, parce qu'au lieu de s'élever elle s'étend plutôt, ce qui fait un apprêt défectueux : ainsi il convient de mettre la pâte dans des paniers ou des corbeilles d'osier qu'on saupoudre avec du petit son ou de la farine, de peur que la pâte ne s'attache au fond ; on expose ces paniers à l'air libre dans les temps chauds, & il faut les envelopper de couvertures & les tenir chaudement quand il fait froid.

Dans tous les temps la pâte est comme le levain, elle demande un certain degré de chaleur intérieurement & à l'extérieur pour s'apprêter doucement, lentement & par degrés, en sorte qu'il est essentiel, quand on est obligé d'accélérer ou de tempérer la fermentation, de

tâcher que les moyens opposés qu'on emploie produisent toujours à-peu-près le même effet, c'est-à-dire que la pâte demeure le même temps en été & en hiver. Mais ne cessons de le répéter, parce que cela est aussi essentiel que la préparation du levain, il faut éviter d'enfoncer les poings dans la pâte & de la fouler à force de bras (ainsi que cela se pratique dans les campagnes & même dans la plupart des villes) ; on doit, au contraire, prendre la pâte par portions en l'alongeant, la soulevant, la serrant dans les mains, en la rassemblant & la battant avec force.

Il faut encore employer suffisamment d'eau dans le pétrissage, afin que le levain soit bien délayé & que la pâte ne soit pas trop ferme, autrement le pain seroit massif, lourd & peu profitant; l'eau ajoutée à la pâte devient nourrissante, & c'est un bénéfice pour la bonne Ménagère qui économisera un peu de farine & nourrira également bien son monde; après le pétrissage de la pâte, il est naturel de passer à la cuisson du pain.

De la Cuisson du pain.

LORSQUE le levain a été pris dans son vrai point, que le pétrissage a été bien fait,

que la pâte a été tournée, distribuée dans des paniers de différentes grandeurs, enveloppée de toiles ou de couvertures, il faut songer à allumer le four, parce que le temps nécessaire pour le chauffer au degré convenable est à-peu-près celui que la pâte exige pour son apprêt.

On se servira, pour chauffer le four, de toutes les matières combustibles que le territoire fournit, en évitant d'employer les bois peints, à cause du danger dont est pour le pain la couleur qui les recouvre; on ne se servira pas non plus de paille, parce que c'est une perte pour l'engrais des terres, que ce chauffage en outre n'a pas assez de force.

Le four dans lequel on ne cuit pas tous les jours, demande davantage de bois & plus de temps pour le chauffer, c'est ordinairement environ deux heures, d'ailleurs ce terme doit être relatif à la quantité du bois dont on se sert, à la grandeur du four, à la grosseur & à l'espèce de pain qu'on veut cuire.

On ne peut pas toujours concilier le moment où la pâte sera prête avec celui où le four aura assez de chaleur, puisque cela dépend encore d'une infinité de circonstances que l'expérience raisonnée saura prévoir. Il vaut mieux que ce soit le four qui attende après la pâte, parce

qu'on l'entretient chaud avec peu de ſoin, au lieu qu'il faut recommencer l'autre quand il a paſſé ſon apprêt.

Le four doit être chauffé également & à propos, s'il l'eſt trop, le deſſous du pain brûle & le dedans ne cuit point : quand il ne l'eſt pas ſuffiſamment, il s'aplatit plutôt que de lever, il demeure mat, gras & pâteux; il eſt donc important de ſaiſir le point fixe du four.

Chacun a ſa manière de connoître la chaleur du four. Les uns jettent à l'entrée une pincée de farine, ſi elle rouſſit ſur le champ, la chaleur eſt au point convenable; ſi elle noircit, il eſt trop chaud; enfin ſi elle conſerve ſa couleur, le four n'eſt pas ſuffiſamment chauffé : les autres frottent l'âtre ou la voûte avec un bâton, s'il en ſort des étincelles, c'eſt ſigne que le four eſt au point qu'il faut; mais l'habitude, quand elle n'eſt pas aveugle, en apprend plus que ces moyens, ſouvent fort équivoques. On connoît bientôt ſon four lorſqu'on l'a gouverné pluſieurs fois.

Quand on eſt aſſuré que le four eſt chaud également par-tout, on ôte les tiſons, on arrange la braiſe à côté de la bouche du four, & on nettoie bien l'intérieur avec l'écouvillon,

au bout duquel ſont pluſieurs linges mouillés & tords.

On doit faire attention de prendre la pâte comme le levain, c'eſt-à-dire à ſon point, plutôt moins que trop; pour peu qu'on ait d'expérience à faire du pain, on s'aperçoit bientôt à la vue quand la pâte eſt aſſez levée, lorſqu'elle a acquis un volume aſſez conſidérable, qu'elle réſiſte aux doigts qui la preſſent ſans ſe rompre à la ſurface; l'uſage des paniers deviendroit un indice aſſuré, parce que la pâte parvenue à ſon apprêt ſeroit reconnue à une hauteur marquée.

Dès que le four eſt bien nettoyé & que la pâte a atteint le degré qu'on ſouhaite, on l'enfourne promptement en renverſant la pâte des paniers ſur la pelle ſaupoudrée de petit ſon, afin que le deſſus ſe trouve en deſſous; on garnit d'abord le fond du four des plus gros pains, on les arrange avec adreſſe les uns à côté des autres ſans qu'ils ſe touchent: lorſque tout eſt enfourné, on ferme la bouche du four, & on la laiſſe quelquefois ouverte lorſqu'il eſt trop chaud, afin que le pain cuiſe ſans brûler.

Les pains* demeurent dans le four le temps proportionné à leur volume & à leur eſpèce. Plus le pain eſt blanc, moins il eſt long à cuire;

c'eſt environ une heure & demie pour la pâte la plus ferme, & la moitié pour celle qui eſt la plus légère. On ne devroit jamais faire de trop grands pains, ils ſe forment & ſe cuiſent mal: on s'aperçoit que le pain eſt cuit, quand en frappant deſſus du bout du doigt, il raiſonne avec force, & lorſqu'à la baiſure, la mie preſſée, revient comme un reſſort.

En ôtant les pains du four, il faut les ranger à côté les uns des autres, & ne pas les renfermer qu'ils ne ſoient reſſués & parfaitement refroidis; car depuis l'inſtant que la pâte eſt miſe au four, juſqu'à ce que le pain qui en réſulte ſoit parfaitement refroidi, elle exhale ſans diſcontinuer une partie de l'eau avec laquelle on l'a pétrie.

Le pain eſt un objet trop précieux à la ſanté, & trop avantageux, parmi les agrémens de la vie, pour dédaigner les moyens ſimples & peu diſpendieux de le mieux fabriquer; ce n'eſt pas par ſa croûte que l'on peut juger toujours de ſa qualité, il faut examiner l'intérieur, ſi la mie eſt sèche, ſpongieuſe, parſemée de trous égaux entr'eux, & ayant un goût de noiſette; ſi en le coupant elle eſt liſſe, c'eſt une preuve qu'il eſt bon & bien fait; mais ce n'eſt pas au ſortir du

four qu'il faut s'en aſſurer, on doit attendre qu'il ſoit parfaitement refroidi.

J'en reſterois-là ſi le blé étoit le ſeul grain dont on fît du pain ; mais comme le ſeigle, l'orge, le blé de Turquie, le ſarraſin & la pomme de terre, ſont également réduits ſous cette forme, & qu'ils ſont la nourriture principale d'un tiers des habitans du Royaume, je ne ſaurois me diſpenſer de traiter en abrégé de chacune de ces farines.

Du Seigle.

LE ſeigle eſt, après le froment, le grain dont on fait le plus d'uſage en Europe, & qui fournit le meilleur pain.

Il y a des ſeigles de première, de ſeconde, de troiſième qualité : on cultive également des ſeigles d'hiver & de mars ; on en retire au moulin pluſieurs eſpèces de farines, ſoit par la mouture, ſoit par la bluterie. Les boulangers en font différens pains ; du pain blanc avec la plus belle farine, du pain de ménage en mêlant toutes les paſſées ; enfin un troiſième pain plus commun, dans lequel on n'introduit que les dernières farines, & que l'on peut comparer au pain bis du froment, fabriqué avec les farines dépouillées de la fleur & des gruaux.

Le ſeigle le plus eſtimé à Paris, eſt celui qui croît dans la Champagne, on doit le choiſir clair, peu alongé, gros, ſec & peſant; il ſe conſerve mieux que le blé : les mêmes cauſes l'altèrent, & les mêmes moyens le garantiſſent; mais quand il eſt vicié il exhale une autre odeur.

Il eſt exrêmement eſſentiel avant de porter le ſeigle au moulin, qu'il ſoit plus ſec que le froment, parce qu'il eſt naturellement plus humide; mais quand il a été recueilli ſec, mûr & bien gardé un certain temps, on peut le moudre ſans inconvéniens; trop nouveau ou trop ſec, il demande les mêmes précautions, parce qu'il produiroit encore plus d'inconvéniens.

Le ſeigle étant pointu, plus alongé & par conſéquent plus ſonneux que le blé, il rend moins de farine & plus de ſon : il faut tenir les meules plus rapprochées pour moudre ce grain, parce qu'il ne s'échauffe pas autant, & que d'ailleurs on ne fait ordinairement qu'un moulage.

La farine de ſeigle, parfaitement moulue & blutée, n'a pas l'œil jaune de celle du froment : la matière qui colore cette dernière n'y exiſte pas; elle eſt douce au toucher, d'un beau blanc, & exhale une odeur de violette qui la caractériſe; ſi on en fait une boulette avec de l'eau, la pâte qui en réſulte n'eſt pas longue & tenace comme

celle du blé, elle eſt au contraire courte, graſſe, s'attache aux doigts mouillés, ne ſe durcit pas promptement à l'air.

Le ſeigle que l'on cultive preſque par-tout, eſt la nourriture principale des habitans des pays froids, où il eſt ordinairement meilleur que dans les pays chauds, plus avantageux à la végétation du blé : il croît cependant en abondance dans quelques-unes de nos provinces, dont il fait pareillement la nourriture fondamentale ; mais il s'en faut que le pain qu'on en prépare, ſoit également bien fabriqué dans les endroits où l'on en fait uſage ; ce qui tient aux mêmes vices que nous venons de démontrer à l'égard du pain de froment : moulage peu ſoigné, levain aigre & en trop petite quantité, eau trop chaude, mauvais pétriſſage, enfin cuiſſon imparfaite, tels ſont les défauts eſſentiels qui rendent la fabrication du pain de ſeigle défectueux, & qu'on peut corriger aiſément, en ſe ſervant des mêmes moyens preſcrits pour faire avec le blé le plus médiocre un bon pain ; il eſt vrai que le ſeigle ayant quelques propriétés différentes du blé, les procédés qu'on doit ſuivre pour ſa fabrication doivent auſſi varier un peu ; mais les principes ſont les mêmes.

Pour faire le levain de ſeigle, on prendra

la pâte aigrie de la dernière fournée, qu'on délayera le soir, avant de se coucher, avec de l'eau & la moitié de la farine destinée à être employée pour le pain, au lieu du tiers comme pour le levain du froment : on fait la pâte plus ferme. On dépose ainsi le levain, entouré de farine, au milieu d'une *fontaine*, ou bien dans des corbeilles placées suivant que la saison l'exigera : le lendemain matin on le trouvera parfaitement levé. On pourra également rafraîchir ce levain, si on est curieux d'avoir un pain plus levé & plus délicat ; mais sur-tout qu'on ne l'emploie jamais qu'il n'ait les qualités requises, c'est-à-dire, crevassé, & qu'il exhale, non pas l'aigre, mais une odeur vineuse.

Pour délayer le levain de seigle, on agira de la même manière que pour celui de froment, avec cette attention seulement, que la pâte soit plus ferme d'abord, parce que le travail ne lui donne pas de consistance, & qu'ensuite elle relâche à l'apprêt ; par la même raison, on ne bassinera pas la pâte, on ne la travaillera pas autant, parce que la farine du seigle est plutôt combinée avec l'eau que celle de froment.

Quand la pâte est faite, on la tourne & on la distribue dans des paniers ; c'est ici sur-tout que les paniers & les corbeilles sont le plus indispensables

indispensables pour contenir la pâte de toutes parts, & favoriser la fermentation qui s'opère plus difficilement que celle du froment.

Il convient de donner à la pâte de seigle moins d'apprêt qu'à celle de froment, de l'exposer à l'air dans l'été, & couverte dans un lieu chaud quand il fait froid : ce seroit se tromper que d'espérer qu'elle lèvera & bouffera autant ; on doit donc l'enfourner avant que la fermentation soit achevée, parce qu'au lieu de se gonfler au four, elle crévera infailliblement, & s'aplatira à cause de son peu de viscosité.

Le four doit être plus chauffé, pour que la chaleur saisisse sur le champ la pâte de seigle ; mais si on veut que la cuisson se fasse & s'achève, il faut laisser la porte du four ouverte, afin que le pain, qui autrement s'étendroit & s'affaisseroit bientôt, comme je viens de le dire, si le four n'étoit pas assez chaud, puisse se ressuer dans l'intérieur, ce qui exige un temps plus long : on est obligé de laisser le pain de seigle davantage au four que celui de froment.

Le pain de seigle tient le premier rang après le pain de froment ; il a même un avantage que n'a pas ce dernier, c'est qu'il reste frais long-temps, sans presque rien perdre de l'agrément qu'il a dans sa nouveauté, avantage précieux

pour les habitans de la campagne, qui n'ont pas le temps de cuire ſouvent : ce pain eſt aſſez ſavoureux pour n'avoir pas beſoin de ſel, ſon goût eſt agréable, & porte avec lui un parfum qui ne déplaît à perſonne.

Quels que ſoient nos ſoins dans la culture du ſeigle, quelques recherches que nous faſſions dans les moyens d'en préparer un bon pain, jamais cet aliment ne ſera auſſi léger ni auſſi bon que celui qu'on obtient du froment : ce qui donne le principe de cette ſupériorité, n'exiſte pas dans le ſeigle, ainſi que dans les autres grains farineux ; mais il ne faut pas, par rapport à cette différence, croire que le pain de ſeigle ſoit lourd comme l'on dit, qu'il ne convient qu'aux eſtomacs vigoureux ; ſans doute quand il eſt dans l'état mat & gras, mais lorſqu'il eſt bien fabriqué, il ſe digère auſſi aiſément que le pain de froment.

Du Méteil.

NOUS avons déjà examiné le froment & le ſeigle chacun à part ; l'un & l'autre ont des caractères particuliers qui les diſtinguent entre eux, & quelques propriétés communes qui les rapprochent, en ſorte que mélangés, leurs effets doivent ſe confondre & ne former qu'un bon

tout ; c'eſt ce qui arrive dans l'aſſortiment des farines de la même eſpèce.

Le méteil eſt, comme l'on ſait, le mélange du froment & du ſeigle, ſemé & récolté enſemble dans des proportions différentes, ce qui a donné lieu à des dénominations connues ſous l'épithète de *méteil, gros méteil, petit méteil* & *blé ramé.*

Quoique les ſentimens ſoient encore partagés ſur les avantages ou les déſavantages de la culture du méteil, comme les cultivateurs, en attendant que le procès ſe juge, continuent de l'enſemencer, de le recueillir & de le faire ſervir à leur nourriture, je dois, ſans m'occuper de la queſtion, parler des moyens d'en préparer un bon pain.

Le méteil donne une farine moins jaunâtre que celle du froment non mélangé ; mais auſſi elle a un autre aſpect & un goût différent : la préſence du ſeigle dans cette farine, quand bien même ce grain ne s'y trouveroit que pour un huitième, comme dans ce qu'on nomme *blé ramé,* ſe décèle à l'odeur de violette qu'elle lui communique, à l'état gras de la pâte, & à la ſaveur du pain.

Les bonnes Ménagères des villes & des campagnes, mettent quelquefois, par goût, par économie ou par habitude, un peu de ſeigle

dans leur pain : ſans avoir récolté de méteil, elles font moudre & bluter à part le ſeigle & le froment, en différentes proportions, enſuite elles ne mêlent les deux farines qui en réſultent, qu'au moment où elles veulent les employer : cette opération eſt facile, il y a même du profit à ne la pas négliger ; mais il faut la faire vingt-quatre heures avant la cuiſſon du pain.

Les procédés que nous avons expoſés concernant la fabrication du pain de froment, doivent être les mêmes que ceux qu'il faut employer pour le pain de méteil, en général pour tous les farineux qu'on peut réduire ſous cette forme ; ainſi, quiconque ſera bien au fait de la bonne préparation du pain, parviendra à faire tous les pains poſſibles des différens grains & de leur mélange : il y a ſeulement des différences légères à obſerver dans les manipulations, que l'habitude éclairée & dirigée, ne tarde pas à apprendre.

Quand le levain a été composé, ſuivant les précautions dont il a été queſtion à l'article de la préparation du levain du froment, on le délaye de la même manière le ſoir avant de ſe coucher : le lendemain matin on pétrit avec force & vivacité, en ſoulevant la maſſe, la découpant, la retournant ſans l'entaſſer avec les

poings, ainſi qu'on a coutume de le faire dans l'opération générale du pétriſſage.

La pâte formée avec la farine de méteil, n'a jamais la longueur & la viſcoſité de celle de froment, parce que le ſeigle qui y entre dans des proportions variées, affoiblit & partage cette qualité que le froment poſſède à un ſi grand degré; mais plus il y aura de ce dernier dans le méteil, plus il faudra employer de levain, tiédir l'eau, pétrir long-temps la pâte, la rendre ferme, lui laiſſer moins prendre d'apprêt, l'enfourner plus tôt, chauffer davantage le four & l'y tenir plus long-temps. On ſent fort bien que le méteil eſt d'autant meilleur que le blé y domine; mais contenant tantôt plus de ſeigle que de froment, & tantôt plus de ce dernier que du premier, ce mélange doit produire des effets différens dans la mouture, dans le produit des farines, & dans les réſultats en pain. On peut dire cependant que le méteil, pour les habitans des villes, ſera toujours celui qui contiendra un tiers de ſeigle ſur deux de froment, & que le méteil des habitans des campagnes, ſera partie égale de ces deux grains, dont on aura ſéparé, comme cela a lieu preſque par-tout, le gros & le petit ſon.

Le pain de blé-méteil, tient le milieu entre

le pain de froment & celui de ſeigle ; il eſt bon, ſavoureux, très-nourriſſant. Je pourrois bien entrer dans d'autres détails ſur les avantages infinis de cette compoſition de pain, qui participe des deux grains les plus précieux pour les Européens ; mais je me ſuis déjà aſſez étendu : paſſons à l'orge.

De l'Orge.

L'ORGE, ce grain ſi vanté dans l'antiquité, eſt plus employé aujourd'hui dans la préparation de la bière & de l'eau-de-vie de grains, ou pour la nourriture des beſtiaux, que dans la fabrication du pain.

L'orge mondé de ſa première enveloppe, reſſemble à peu-près, pour la couleur & la forme, au blé de mars : le meilleur eſt dur, ſec, peſant, ſe caſſant difficilement ſous la dent, & préſentant dans ſon intérieur, une farine aſſez blanche & ſerrée.

La farine de l'orge eſt preſque toujours défectueuſe, à cauſe de cette première enveloppe qui s'écraſe un peu au moulin ; elle eſt sèche & rude au toucher, ayant un œil rougeâtre : ſi on en fait une boulette avec de l'eau, elle exhale l'odeur de celle faite de froment, mais elle n'en a ni la longueur, ni la tenacité : en

étendant cette pâte, on remarque qu'elle eſt encore plus courte que celle du ſeigle.

Il eſt facile de juger, d'après les effets préliminaires que nous venons de rapporter ſur l'orge, combien ce grain eſt peu ſuſceptible de donner un pain bien fermenté : j'obſerverai, en paſſant, que toutes les fois qu'une pâte farineuſe manque de liant & de viſcoſité, qu'elle abſorbe & retient peu d'eau dans ſes parties, il faut abſolument la manier & la retourner à force de bras & le plus long-temps qu'on pourra; ainſi l'art de bien pétrir, en pareil cas, eſt auſſi important que l'emploi d'un bon levain : on peut parvenir, par ce moyen, à communiquer à la pâte une partie de ce liant & de cette viſcoſité qui font, pour ainſi dire, l'office de charpente dans le pain.

Comme la farine d'orge a la propriété de ſe durcir volontiers à l'air, étant miſe en boulettes avec de l'eau, il faut en premier lieu faire le levain bien ferme, dans la proportion de la moitié de la farine qu'on a deſſein de transformer en pain; enſuite le baſſiner, c'eſt-à-dire, y répandre de l'eau, afin d'unir davantage les parties les plus groſſières, de rendre le levain plus collant & plus diſpoſé à fermenter.

On ſuivra pour le pétriſſage de la pâte de

farine d'orge, la même conduite qu'on a tenue relativement à celle de ſeigle, au baſſinage près, qu'il ne faudra pas manquer, ſi on veut avoir un pain paſſable : le baſſinage & le travail ajoutent à l'effet du levain, à l'apprêt de la pâte; quant à la cuiſſon, le four a beſoin d'être un peu moins chauffé, & on ne doit pas y laiſſer le pain auſſi long-temps.

Le froment & le ſeigle fourniſſent chacun ſéparément du bon pain. Perſonne ne diſconvient que l'un & l'autre de ces grains, mélangés avec l'orge, lui communiquent les propriétés dont il eſt privé pour pouvoir produire un pain bien conditionné : c'eſt encore ce que l'expérience juſtifie continuellement ; mais rien ne paroît plus ridicule, que de fourrer dans un pain déjà mat par lui-même, de l'ers ou orobe, des veſces & autres ſemences légumineuſes, qui concourent encore à augmenter la ſéchereſſe & la peſanteur naturelles du pain d'orge, ſans qu'il ſoit pour cela plus nourriſſant; il vaut infiniment mieux ſeul, & préparé tel que nous l'indiquons.

Le pain d'orge ordinaire eſt toujours rougeâtre, ſec, dur & caſſant; ſa mie n'eſt pas molle, ni ſpongieuſe; il s'émiette aiſément, & quelques heures après la cuiſſon, à peine conſerve-t-il cette qualité qui appartient à toute

eſpèce de pain, celle d'être tendre au ſortir du four: quelque parfait qu'il ſoit, en obſervant les précautions que nous avons recommandées dans la fabrication, il faut convenir qu'il ſera encore bien éloigné, pour la bonté, du pain de froment & de ſeigle.

Du Blé de Turquie.

On cultive le blé de Turquie dans quelques-unes de nos provinces, où on en prépare de la bouillie, des gâteaux & du pain. Les Peuples qui en font leur nourriture principale ne connoiſſent pas l'art de moudre, & par conſéquent celui de faire du pain; ils mangent ce grain ſous la forme de gâteaux, entiers, verts & cuits comme des petits pois; ils le concaſſent dans des mortiers de pierre, & le réduiſent ſous une forme de galette.

Les grains de blé de Turquie ſont de la groſſeur d'un pois, & récompenſent au centuple les ſoins qu'on donne à leur culture: on porte ce grain au moulin où on l'écraſe & on le blute, pour en ſéparer l'écorce ou le ſon; la farine qui en provient eſt rude au toucher, jaunâtre & très-ſavoureuſe: voici le procédé particulier dont on ſe ſert dans le Béarn pour venir à bout d'en faire du pain.

On commence à faire bouillir une quantité d'eau, proportionnée à la farine qu'on a dessein d'employer : dès qu'elle a acquis le degré d'ébullition, on met dans le pétrin toute la farine qu'on destine à la cuite, on la divise en deux portions ; c'est-à-dire, qu'on pratique dans le milieu une rigole, dans laquelle on verse une suffisante quantité d'eau bouillante, & comme la chaleur de celle-ci ne permet pas de faire la manœuvre avec la main, on se sert d'une spatule de bois, espèce de pelle avec laquelle on délaye la farine, la remuant fort & long-temps, pour en faire une pâte dure.

Quand le degré de chaleur permet de pétrir cette pâte avec les mains, on fait un trou dans la masse & on y met le levain, ayant soin de le bien mêler avec la pâte qu'on pétrit de nouveau, après quoi on laisse la masse en repos, on la couvre & on la laisse fermenter : pendant ce temps on a soin de chauffer le four.

Lorsqu'on s'aperçoit que la pâte est assez levée, on la délaye de nouveau avec de l'eau froide, en quantité suffisante pour lui donner la consistance d'une pâte molle, après quoi on en remplit des terrines garnies de feuilles de châtaignier ou de choux, qu'on a fait faner en les approchant du feu.

Les terrines étant remplies à un pouce près, on les met au four; la pâte s'élève en cuiſant & déborde quelquefois d'un pouce, ce qui forme une croûte; on laiſſe cuire autant qu'il eſt néceſſaire : en retirant les terrines du feu, on les renverſe ſur une table, le pain ſe détache, on en ſépare les feuilles, & le pain de blé de Turquie eſt fait.

En réfléchiſſant ſur ce procédé, il eſt aiſé d'apercevoir que l'eau bouillante employée en Béarn pour la préparation du pain de blé de Turquie, enlève, à l'aide de la chaleur, une matière extractive de ce grain, qui donne, avec l'eſpèce de travail qu'on fait ſubir à la pâte, le liant ſi néceſſaire à la bonne fermentation, & ſans laquelle on ne peut obtenir que de mauvais pain. Les terrines ſont l'office des panetons ou corbeilles, dans leſquels il faut toujours mettre la pâte, de quelque nature qu'elle ſoit, pour être entretenue dans une douce chaleur, & retenue de toutes parts, pour s'apprêter plus aiſément & mieux.

Tout levain peut ſervir à faire le pain de blé de Turquie, pourvu qu'il ſoit abondant, nouveau & de bonne qualité : on ſe ſert indifféremment du levain de froment ou de blé de Turquie lui-même, qu'on emploie pour le pain dont il s'agit.

Le pain de blé de Turquie, préparé comme je viens de l'énoncer, constitue la nourriture la plus commune des habitans de la campagne; les personnes à leur aise en mangent aussi avec plaisir, & en font mettre dans la soupe où il mitonne fort bien: il se conserve en hiver une quinzaine de jours; en été il se desseche plus vîte: il est sujet d'ailleurs à moisir comme tout autre pain trop long-temps gardé.

Du Sarrasin.

LE Sarrasin, appelé très-improprement *blé noir,* croît volontiers par-tout : on avoit voulu proscrire la culture de ce grain, de peur qu'il ne nuisît à celle du froment; mais comme ce grain vient dans les terreins les plus maigres, qui ne rapporteroient pas en blé la semence qu'on y auroit jetée; & qu'on peut le semer après la récolte du seigle & du méteil, c'est un moyen d'avoir deux moissons dans une année, & on ne sauroit trop multiplier les ressources alimentaires pour les temps malheureux.

Le sarrasin donne beaucoup de son & peu de farine par conséquent; cette farine est d'un blanc-gris, semblable à celle d'un blé qui auroit été mouillé, elle est toujours piquée à cause de l'écorce que les meules divisent & y répandent;

car l'intérieur de ce grain eſt fort blanc, mais l'enveloppe en eſt épaiſſe & noire; il ſeroit à ſouhaiter que le meûnier, accoutumé à moudre le ſarraſin, l'écraſât ſans trop découper l'enveloppe, qu'il fît ce qu'on appelle une *mouture ronde*, dans laquelle le ſon eſt toujours large, ſec & plat.

La farine de ſarraſin miſe en boulettes, eſt un tant ſoit peu plus longue & plus coliante que celle d'orge, mais beaucoup moins que celle de la pâte du ſeigle, & à plus forte raiſon de la pâte de froment; elle exhale une odeur particulière qu'on ne ſauroit définir, mais qui ne reſſemble en rien à celle des grains dont nous parlons.

La pâte de la farine de ſarraſin, demande preſque autant de travail, pour être convertie en pain, que celle d'orge; un levain jeune en grande quantité; un pétriſſage vif & prompt, ſans baſſinage, afin qu'elle acquierre cette tenacité, ce liant qui forme le ſoutien de la pâte qui eſt en fermentation, & la voûte du pain qui cuit; expoſer cette pâte dans des paniers, placer ces paniers dans un lieu chaud pour l'apprêter, l'enfourner avant d'être à ſon point; enfin le laiſſer au four un peu plus de temps que pour l'orge, parce qu'elle eſt plus difficile

à ſe reſſuer & à cuire par conſéquent : voilà les ſeuls moyens qu'on peut mettre en uſage pour préparer avec la farine de ſarraſin, un pain meilleur qu'il n'eſt ordinairement, ſans néanmoins être encore très-bon; on a beau faire, ce pain ne reſte pas frais long-temps, dès le lendemain même de ſa cuiſſon, il ſe sèche, ſe fend, s'émiette, & finit par devenir inſupportable.

Quelques perſonnes ont avancé que le ſarraſin nourriſſoit davantage que le ſeigle, l'orge & le blé de Turquie, on ne ſait ſur quel fondement; car entre ces grains, il eſt celui qui contient le plus d'écorce, & qui donne par conſéquent, le moins de farine; ſi on eût dit au lieu du ſarraſin, ſa farine pure & bien dépouillée de ſon, à la bonne heure, encore eſt-il prouvé que l'orge eſt après le froment, le grain le plus nourriſſant.

On a encore attribué au pain de ſarraſin la vertu de reſſerrer, mais c'eſt comme quand on prétend que le pain de froment convient aux mélancoliques, le pain de ſeigle aux tempéramens ſanguins, le pain d'orge aux gouteux, celui du blé de Turquie aux gens attaqués de la pierre. Il peut bien arriver que le premier jour où l'on feroit uſage de ces pains, on s'aperçût

de quelqu'altération dans l'économie animale, parce que toutes les fois que l'on change de nourriture, de quelqu'eſpèce qu'elle ſoit, cette économie s'en reſſent, mais l'habitude en eſt bientôt contractée ; ainſi le pain dont on continue l'uſage, ne conſerve que ſa vertu alimentaire, comme toute eſpèce de vin conſerve la vertu corroborative ou cordiale.

Quoique le ſarraſin puiſſe être avantageux aux cultivateurs, parce qu'il croît aiſément par-tout, & mûrit aſſez vîte pour permettre, dans une année favorable, d'en faire deux récoltes : quoique le pain qu'on en prépare ſoit ſain, nourriſſant & fort ſuſceptible de ſe digérer, il n'en eſt pas moins vrai de dire, n'en déplaiſe à ceux qui le préfèrent au pain de froment, qu'il eſt le plus miſérable de tous les pains, après cependant le *bonpernickel.* Peut-être les Bretons & les habitans du Tirol ont-ils un moyen de moudre ce grain ſans écraſer en même temps ſon enveloppe, peut-être que le ſarraſin qui croît dans leurs contrées a plus de qualité ; toujours eſt-il certain qu'un pareil pain n'eſt paſſable que dans une circonſtance qui ne permettroit pas de s'en procurer d'autres, & où l'on eſt trop heureux que les ſubſtances deſtinées à remplacer ce qui nous manque, ne renferment rien de mal ſain.

Nous avons remarqué, en parlant du pain d'orge, que la farine de ce grain, mise en boulettes & étendue, étoit extrêmement courte, qu'elle se rompoit aisément, qu'elle manquoit de ce liant si essentiel pour permettre à l'eau d'entrer en grande abondance dans la pâte, & à la fermentation de s'y établir d'une manière convenable au travail du pain; qu'enfin il falloit l'associer avec le seigle & le froment qui avoient suffisamment de ce liant & de cette viscosité pour lui en communiquer : nous conseillerions la même chose à l'égard du sarrasin, si ce dernier en acquérant par son mélange avec d'autres grains la propriété de mieux lever, ne portoit pas toujours avec lui un caractère qui lui est propre dans l'état fermenté, celui d'avoir une légère amertume & une couleur noire.

De pareils mélanges sont cependant pratiqués dans quelques endroits : le *bonpernickel*, par exemple, que j'ai déjà nommé plus haut, est un composé de seigle, d'orge & de sarrasin dans lequel on fait tout entrer; on y aperçoit, même souvent assez distinctement, jusqu'à des brins de paille, des semences étrangères entières qui ont échappé à la meule; ce composé rend un pain d'une couleur encore plus noire & d'une saveur plus amère & plus sure par les procédés

défectueux

défectueux qu'on emploie à sa fabrication. La nécessité m'a contraint, pendant la dernière guerre, de manger de ce vilain pain avec beaucoup d'autres François qui n'en étoient pas plus contens que moi, & j'ose assurer, malgré tout mon respect pour le grand Hoffmann, & les égards que j'ai pour ceux qui, sans examen, ont adopté son opinion, que si les Westphaliens sont forts & vigoureux, ce n'est pas à l'usage d'un pain aussi détestable, dont ils prennent à peine une demi-livre par jour, qu'ils sont redevables de leur vigueur; mais parce que indépendamment de leur constitution naturelle, qui chez eux, est robuste dès en naissant, ils ont sans cesse l'estomac rempli de choux, & principalement de pommes de terre, ainsi que d'autres racines potagères, qui, dans cette partie de l'Allemagne, sont excellentes & monstrueuses.

Supposons maintenant que d'une part, on eût beaucoup d'orge, de blé de Turquie & de sarrasin; que de l'autre, on se trouvât privé de la ressource du froment & du seigle; alors ne vaudroit-il pas mieux, plutòt que d'employer ces grains qui, seuls ou réunis, ne donneront jamais qu'un pain de médiocre qualité, chercher la matière collante & visqueuse dont ils sont privés, dans quelques végétaux communs,

qu'on leur ajouteroit enſuite ! pourquoi en pareil cas n'auroit-on pas recours aux pommes de terre ! c'eſt même la circonſtance unique où il faille réduire ces racines ſous la forme de pain, parce qu'ayant le défaut contraire à l'orge, au blé de Turquie & au ſarraſin, c'eſt-à-dire que poſſédant moins d'amidon que de collant & d'humide, on ne peut abſolument, ſans addition de farine, les convertir en aliment qui reſſemble tout-à-fait au pain.

Sans doute je pourrois m'expoſer à quelques reproches, ſi je n'accordois pas aux pommes de terre, une place dans un Écrit où il s'agit des différens pains que l'on prépare dans le royaume; celui qu'on a fait de pluſieurs manières avec ces racines, a eu trop de réputation pour ne pas mériter également d'être indiqué ici.

Des Pommes de terre.

Il n'y a pas de plante auſſi étonnante, auſſi productive, qui exige moins de la terre & du cultivateur que les pommes de terre; elle ſe plaît dans tous les climats, tous les terreins lui ſont propres, la récolte ne manque preſque jamais, quelques mois ſuffiſent pour qu'elle acquière ſon accroiſſement & toute ſa perfection; elle eſt à l'abri des accidens que

nos moiſſons eſſuient ſi ſouvent, parce que la maturité de la partie la plus eſſentielle, s'opère dans l'intérieur de la terre ; enfin quiconque a été témoin de la fécondité preſque miraculeuſe de cette plante, n'a pu ſans injuſtice, lui refuſer ſon admiration.

Les pommes de terre, conſidérées du côté de la nourriture, offrent également les plus grandes reſſources, elles réuſſiſſent aux plus robuſtes comme aux plus foibles, les perſonnes de tout âge & de tout ſexe en font uſage, ſans éprouver aucune ſuite fâcheuſe; elles ſont ſuſceptibles d'une infinité de préparations, ſe déguiſent de mille manières différentes, & acquièrent dans les aſſaiſonnemens, de quoi ſe prêter à toutes nos fantaiſies & à tous nos goûts; en un mot, le cuiſinier dont l'art eſt aujourd'hui ſi recherché & ſi important, trouvera dans les pommes de terre, une ample occaſion d'exercer ſon eſprit inventif & alléchant; mais ce qui a droit de nous intéreſſer le plus particulièrement, c'eſt que le bon cultivateur, qui a l'avantage d'ignorer le luxe & la délicateſſe des tables, peut compoſer ſon repas frugal de pommes de terre: ces racines cuites ſous les cendres & aſſaiſonnées de quelques grains de ſel, deviennent un mets ſimple,

digeſtible & fort ſain : s'il reſtoit encore quelque doute ſur leur ſalubrité, il ſuffiroit d'examiner & d'interroger ceux qui s'en nourriſſent depuis leur naiſſance, pour être aſſuré que les pommes de terre ſont un des végétaux les plus précieux à l'humanité.

Il ſeroit ſuperflu de rapporter ici tous les moyens qu'on a tentés juſqu'à préſent, pour faire du pain économique de pommes de terre, en employant ces racines ſous différentes formes, dans des proportions variées & avec pluſieurs eſpèces de farine : je me bornerai ſeulement à donner une recette de ce pain, elle pourra ſervir de modèle pour tous les pains qu'on ſe propoſeroit de compoſer de cette manière avec d'autres farines que celle du froment.

Prenez la quantité que vous voudrez employer de pommes de terre, faites-les cuire dans l'eau, ôtez-en la peau & écraſez-les enſuite avec un rouleau de bois, de manière qu'il ne reſte aucun grumeau & qu'il en réſulte une pâte unie, tenace & viſqueuſe; ajoutez à cette pâte, le levain préparé dès la veille, ſuivant la méthode qui a été déjà expoſée, & toute la farine deſtinée à rentrer dans la pâte, en ſorte qu'il y ait moitié pulpe de pommes de terre & moitié farine; pétriſſez bien le tout avec

l'eau néceſſaire : quand la pâte ſera ſuffiſamment apprêtée, enfournez-la, en obſervant que le four ne ſoit pas autant chauffé que de coutume, de n'en pas fermer auſſitôt la porte & de l'y laiſſer cuire plus long-temps : ſans cette précaution eſſentielle, la croûte du pain ſeroit dure & caſſante, tandis que l'intérieur ſeroit humide & pas aſſez cuit.

C'eſt ſur-tout la farine d'orge, celle du blé de Turquie & de ſarraſin qu'il faut traiter de cette manière, puiſqu'elles donnent un pain infiniment meilleur, étant mêlées avec la pulpe de pommes de terre, que ſi elles étoient employées ſeules ou enſemble ; on a même remarqué qu'elles perdoient, par leur mélange avec ces racines, l'âcreté & l'amertume qu'on leur reproche, elles acquerront en même temps la faculté de nourrir plus agréablement & plus économiquement.

Les tentatives qu'on a faites pour convertir les pommes de terre en pain, ſans y ajouter de la farine, n'ont eu abſolument aucun ſuccès ; mais ſi par malheur on ſe trouvoit un jour privé de tous grains ; que pour ſubſiſter il ne reſtât d'autres reſſources que des pommes de terres en abondance (faſſe le Ciel que ce temps ſoit loin de nous), mais enfin s'il arrivoit, ne

ſeroit-il pas bien avantageux alors de connoître différentes façons d'accommoder ces racines, & principalement de pouvoir en faire du pain ! Voici un moyen que j'ai ſouvent eſſayé, & qui m'a conſtamment réuſſi.

On lave & on nettoie bien les pommes de terre dans pluſieurs eaux ; on les diviſe à l'aide d'une rape de fer-blanc ; la pulpe qui en provient tombe dans une grande terrine à moitié pleine d'eau propre ; on mêle & on preſſe le tout entre les mains : la liqueur ſe colore, on la paſſe à travers un tamis de crins, on verſe de nouvelle eau ſur le marc reſté dans le tamis, & qu'on répète juſqu'à ce qu'il ſoit entièrement épuiſé, & que l'eau qui en ſort ne ſoit preſque plus colorée. On trouve au fond du vaſe une farine dépoſée ſur laquelle nage une eau brunâtre que l'on jette ; on en ajoute de nouvelle à pluſieurs repriſes pour laver cette farine qui ſe sèche aiſément à l'air ou à la plus douce chaleur, & devient extrêmement blanche : c'eſt un véritable amidon.

On prend partie égale de cette farine ou amidon & de pulpe de pommes de terre, on y ajoute un peu de levure & de ſel délayés & fondus dans l'eau, pour former de la totalité une maſſe que l'on travaille fortement & avec

ſoin ; on l'expoſe enſuite dans un lieu chaud pour lever, puis on l'enfourne; enfin on obtient par la cuiſſon un pain fort blanc, ſavoureux & très-nourriſſant : ce pain peut être qualifié, avec raiſon, de *pain de pommes de terre,* pour lequel il faut néceſſairement employer la farine retirée, comme je viens de l'indiquer, parce que ces racines sèchées au four & miſes enſuite en poudre, ne produiroient jamais le même effet.

Pendant que je tiens cet objet, je crois devoir obſerver que l'amidon étant le principe alimentaire, par excellence, des farineux, & ſe trouvant en outre répandu dans beaucoup d'autres végétaux que ceux dont l'uſage eſt le plus ordinaire & qui ſera toujours préférable, on pourroit ſéparer de ces végétaux l'amidon qu'ils renferment, de la même manière que nous l'avons décrit pour les pommes de terre, & le faire ſervir enſuite au même but : ces végétaux fuſſent-ils âcres, cauſtiques & mordicans, tels que le pied de veau, la bryonne, le colchique, les marrons-d'inde, le glayeul, l'ellébore : l'amidon qu'on retirera de leurs racines étant bien lavé, ſera toujours doux, nourriſſant & ſalubre ; ſemblable à la racine du magnoc d'où les Américains retirent une farine dont ils font

leur principale nourriture, après en avoir séparé une liqueur qui est un vrai poison qu'ils rejettent : cette farine, mise sous une forme de galette, est ce qu'ils nomment *la cassave,* dont la plupart font l'équivalent de notre pain.

Les intempéries des saisons ont quelquefois forcé pour se nourrir, d'avoir recours à des matières dont les effets étoient directement opposés à nos espérances ; il semble même que dans ces temps malheureux, la nécessité nous conduise, pour ainsi dire, la main sur les substances les plus pernicieuses : nous éviterons ces accidens, dont l'Histoire nous offre des exemples effrayans, en ne perdant pas de vue la méthode de préparer du pain de pommes de terre, avec de l'amidon retiré de quelque plante que ce soit.

Ne cessons d'attaquer un préjugé qui paroît prendre faveur tous les jours : on propose & on désigne continuellement une foule de végétaux non farineux, pour convertir en pain ou pour augmenter la quantité de cet aliment, sans faire attention qu'on diminue & qu'on altère sa bonne qualité ; que la plupart des substances destinées à la nourriture, perdent une grande partie de leur vertu alimentaire, dès qu'on les soumet à une préparation pour laquelle ils ne

ſont pas propres : combien de fois, en ignorant celle qui leur convient, ne les dénature-t-on pas à grands frais !

Jouiſſez mieux, excellentes Ménagères, des préſens de la Nature toujours libérale : donnez à manger à votre monde, les noix, les amandes, & preſque tous les fruits, ſans aucun apprêt : faites cuire tout ſimplement vos racines ou vos herbes, pour enlever ce qu'elles ont d'acrimonieux & de déſagréable, ne convertiſſez en pain que les ſubſtances farineuſes reconnues ſuſceptibles de cette préparation ; enfin, ſi vous vous déterminez à réduire les pommes de terre ſous la forme de pain, que ce ne ſoit que dans les cas particuliers que je vous ai mis ſous les yeux ; car ces racines ſont une ſorte de pain que la Providence vous préſente tout formé, elles n'ont beſoin que d'être cuites dans l'eau ou ſous la cendre, & relevées par quelques grains de ſel, pour fournir un aliment ſimple & bienfaiſant.

De la Bouillie.

COMME la bouillie eſt après le pain, la forme ſous laquelle on emploie le plus communément les farineux, & qu'il y a des pays où l'on ſe nourrit de l'un & de l'autre de ces deux alimens, dans une proportion égale entr'eux,

j'ai cru, ſans trop vouloir blâmer les uſages reçus, ni rien innover, pouvoir ajouter ici quelques réflexions ſur cet objet.

On peut établir comme une règle générale, que la farine la plus propre à donner le pain le plus léger, fournira conſtamment la bouillie la plus peſante, parce que ce liant & cette viſcoſité que nous avons dit être ſi eſſentiels à la fermentation de la pâte, ſe trouvent entièrement détruits dans le travail du pain, au lieu que ces deux propriétés ſe manifeſtènt encore davantage, après la cuiſſon de la bouillie.

Il réſulte de ce qui précède, que ſi le blé eſt de tous les grains celui dont on fera le meilleur pain, ce ſera auſſi celui qui donnera la plus mauvaiſe bouillie, tandis au contraire, que le ſarraſin dont le pain eſt le plus groſſier, fournira la bouillie la plus délicate.

Nous le répétons, les farineux dans leſquels on introduit un levain pour y établir la fermentation, & qui ne préſentent après la cuiſſon, que des maſſes lourdes, ſerrées, noires & amères, à la place d'une ſubſtance légère, blanche & ſavoureuſe, produiront la bouillie la plus digeſtible & la plus ſalubre.

D'après ce court expoſé, il s'enſuit que ſi les farineux, convertis en bouillie, n'offrent

pas les avantages du pain, soit du côté de l'effet nutritif, soit par rapport à l'agrément du goût & de la commodité d'en faire usage; il n'y a point cependant à balancer: toutes les fois que ces farineux ne seront ni collans ni visqueux, il faut préférer de les réduire sous la forme de bouillie.

Le sucre contenu dans toutes les semences farineuses, devient encore plus sensible dans la cuisson de la bouillie; il change & disparoît dans la fermentation, voilà pourquoi les potages, les bouillies, les galettes qu'on prépare avec l'orge, le blé de Turquie & le sarrasin, ont toujours une saveur douce & agréable, quoique le pain qui en provient soit ou âcre, ou amer, ou fade; c'est donc contre le vœu de la Nature que l'on s'obstine à vouloir faire subir à tous les farineux indifféremment, la même préparation; il faut choisir celle qui leur convient, & faire en sorte après cela de la perfectionner.

L'expérience journalière prouve, il est vrai, que les farineux non fermentés, de quelque espèce qu'ils soient, présentent dans l'état de bouillie, une masse gluante que les sucs de l'estomac pénètrent, attaquent & dissolvent avec peine; qu'ils empâtent, remplissent & ne rassasient pas pour long-temps, qu'enfin on ne

digère aiſément la bouillie que quand on eſt fort, & qu'on s'eſt habitué par degrés à ce genre d'aliment : les grains cuits & mangés entiers, tels que le riz, l'orge mondé & perlé, ſont plus nourriſſans & moins lourds que leur bouillie, vraiſemblablement parce qu'ils ſont encore diviſés & offrent plus de ſurfaces.

Pour que la bouillie ſoit moins peſante & plus digeſtible, il faut la tenir un peu de temps ſur le feu, la faire claire & cuire juſqu'à ce qu'elle n'exhale plus l'odeur de farine, & ſurtout y ajouter des aſſaiſonnemens ; par ce moyen on prévient la plupart de ſes mauvais effets ; mais de quelque manière qu'on s'y prenne pour la préparation de la bouillie de froment, elle eſt toujours collante, tenace, viſqueuſe, & exige, de la part de l'eſtomac, du travail & de la vigueur.

On eſt tellement convaincu des mauvais effets de la bouillie de froment, que dans les pays où l'on aime paſſionnément les farineux accommodés ainſi, on a employé différens moyens pour détruire le collant & en prévenir les ſuites : les uns ont indiqué de faire germer les grains, les autres de deſsècher & de torréfier la farine ; il y en a enfin qui ont propoſé d'y ajouter des mélanges, d'où il eſt réſulté

des bouillies à la vérité moins lourdes & moins indigeſtes, mais qu'on auroit tort de comparer pour la bonté, à celle qu'on prépare tout naturellement avec le blé de Turquie ou le ſarraſin.

Si la bouillie de froment, telle qu'on la fait ordinairement, eſt lourde, indigeſte, & fatigue l'eſtomac des hommes vigoureux & formés, quel mal ne doit-elle pas produire aux enfans dont les organes ſont encore ſi foibles & ſi délicats ! c'eſt cependant dans la manière de les nourrir dans leur jeuneſſe, qu'il faut chercher la cauſe des maladies auxquelles ces êtres frêles ſuccombent ſi ſouvent dans le premier âge, & avant de devenir adultes.

Mais les bonnes Ménagères ſont des mères tendres, nous les invitons de conſulter leurs entrailles & de faire uſage de leurs lumières, elles leur diront bien mieux que ne pourroient faire les meilleurs traités, que la bouillie de froment eſt un maſtic qui engorge les premières voies, donne un chyle épais & groſſier, fatigue & ſurcharge l'eſtomac des nourriſſons, occaſionne des dévoiemens, des tranchées & des vers, qu'il faut y ſubſtituer le pain fermenté, délayé dans l'eau, dans le bouillon ou dans du lait ſous la forme de panade; mais ſi on ne veut pas proſcrire pour les enfans la bouillie,

que ce ſoit au moins celle de l'orge, du blé de Turquie, du ſarraſin ou de l'amidon, retiré des grains ou des racines dont on faſſe uſage.

Du Pain.

Si l'on a ſuivi la méthode que nous avons indiquée concernant la préparation du levain, le pétriſſage de la pâte & la cuiſſon du pain, c'eſt-à-dire, que l'on ait fait ſon levain avec de l'eau froide ou tiède, & le tiers de la farine deſtinée à être employée au pain; que l'on ait pétri en ſoulevant la maſſe, & non pas en y enfonçant alternativement les deux poings fermés; que l'on ait enfourné & cuit à propos, la bonne Ménagère qui avoit toujours eu un pain ſerré, bis & aigre avec le plus excellent grain, parce qu'elle ſe ſervoit d'un levain paſſé, d'eau trop chaude, d'une mauvaiſe manière de pétrir & de mettre au four, obtiendra du même grain, un pain blanc, de bon goût, très-volumineux, extrêmement nourriſſant, & d'une digeſtion infiniment plus avantageuſe pour la ſanté.

Je n'entreprendrai pas ici l'énumération des effets ſalutaires du bon pain; l'expérience a prononcé depuis long-temps en ſa faveur, en démontrant combien les farineux acquéroient

de ſupériorité étant réduits ſous cette forme, d'après les meilleurs procédés, & combien auſſi cet aliment perdoit de ſes précieuſes qualités quand il étoit mal fabriqué, compoſé de farines altérées, ou mélangé de ſemences pernicieuſes.

Les louanges prodiguées de toutes parts au bon pain, le font regarder comme un bienfait de la Nature & le premier de nos alimens: le goût pour le pain, eſt celui que nous perdons le dernier, & ſon retour eſt le ſigne le plus aſſuré de la convaleſcence. Il convient à tout âge, en tout temps & à toutes ſortes de tempéramens; il corrige & fait digérer les autres nourritures, il influe ſur nos bonnes ou nos mauvaiſes digeſtions, on peut le manger avec la viande & les autres mets, ſans qu'il en change la ſaveur; enfin il eſt tellement analogue à notre conſtitution qu'à peine ſommes-nous nés, que nous commençons déjà à montrer pour lui, une eſpèce de prédilection, & qu'enſuite dans le cours de la vie, nous ne nous en laſſons jamais.

Il eſt vrai, pour que le pain réuniſſe toutes les bonnes qualités qu'on lui connoît & dont nous venons de tracer l'eſquiſſe, il ne faut pas qu'on faſſe entrer dans ſa compoſition,

comme il a déjà été dit, aucuns ſupplémens, qui en groſſiſſant la maſſe du pain, diminuent ſon volume & ſa bonté; il ne faut pas qu'il ſoit ſpongieux, collant, mal cuit, ni le manger tout chaud au ſortir du four; car il pourroit cauſer des accidens & préjudicier à la ſanté; mais où eſt l'aliment pour lequel il ne faille pas employer quelques précautions avant d'en faire uſage! il eſt ſi aiſé de rendre le pain toujours bienfaiſant, ſans qu'il en coûte plus de ſoins, de peines & de temps!

Il n'y a preſque pas de comparaiſon à faire entre un pain mal fabriqué & celui qui a été préparé convenablement, quoique provenant du même grain, ſoit pour l'aſpect, ſoit pour le goût, ſoit enfin pour les effets: j'ai eu ſouvent l'occaſion de faire remarquer cette différence l'année dernière, en voyageant en Picardie pour cet objet; je dois même témoigner ici ma très-vive reconnoiſſance, aux Maires des villes où j'ai ſéjourné, pour avoir bien voulu me procurer toutes les facilités de remplir mes vues, c'eſt particulièrement à Mondidier, que j'ai varié & multiplié mes expériences ſur le pain, chacun s'y eſt empreſſé de m'en fournir les moyens avec autant de zèle que d'honnêteté: voici une Lettre que

les Officiers municipaux de cette ville, m'ont fait l'honneur de m'adresser, qui, dictée par le patriotisme & la conviction, devient une preuve pratique & un résumé des vérités contenues dans cet Avis.

Lettre des Maire & Échevins de la ville de Mondidier.

M.

« Notre ville avoit des droits particuliers sur vos lumières & sur vos découvertes; vous « vous étiez déjà montré trop bon Patriote, « en nous procurant la machine fumigatoire « de M. Pia, destinée à secourir les personnes « noyées, pour ne pas vous empresser de nous « communiquer les procédés sur le pain, dont « vous aviez fait ailleurs les plus heureux essais. «

Vous connoissez par vous-mêmes les abus « ou les préjugés qui rendoient ici la fabrica- « tion du pain, moins certaine ou défectueuse : « c'étoit une opinion presque générale, que la « qualité des eaux s'opposeroit toujours à la « légèreté du pain : la craie à travers laquelle se « filtrent nos eaux de puits, à une profondeur «

» de cent vingt à cent quarante pieds, sembloit
» leur donner une pesanteur & une crudité pré-
» judiciables.

» On se croyoit obligé de faire chauffer
» davantage l'eau ; on employoit un levain
» vieux, & en petite quantité.

» Grâces à vous, Monsieur, nos ressources,
» par rapport à la fabrication du pain, sont
» aussi promptes, aussi sûres & aussi abondantes
» que dans les lieux où l'on se flattoit d'avoir
» le meilleur.

» Nos Boulangers, nos Domestiques ont été
» d'abord étonnés & incrédules, lorsque vous
» avez annoncé que sans levure & avec de
» l'eau froide ou tiède, on pouvoit faire de
» bon pain, proportionnément aux différentes
» qualités de farines : vous aviez bien senti
» que ce n'est pas par des raisonnemens qu'on
» réussit à détruire les préventions ; vous avez
» réellement mis la main à la pâte, & les
» yeux se sont ouverts ; votre méthode a été
» d'autant mieux accueillie, qu'elle est plus
» simple ; & c'est-là le grand point lorsqu'il
» s'agit de faire changer la routine, il ne lui
» reste plus de prétexte dans la multiplicité des
» petites attentions, la paresse ne se rebute plus,
» il en coûte moins avec votre procédé pour

faire de bon pain que pour le faire mauvais, «
suivant l'ancienne routine : il est fâcheux, «
sans doute, que tous nos moulins ne puissent «
pas être montés à l'*économie*, vous nous en avez «
rendu la différence sensible, cet heureux chan- «
gement ne pourra s'opérer que lentement, & «
par ceux qui entreprendroient le commerce «
des farines. «

Mais en attendant, vous avez convaincu les «
plus opiniâtres, qu'il étoit aisé de se procurer «
un pain plus léger, plus savoureux, & qui «
reste plus long-temps mollet. «

La farine de blé-noir, niellé, mouillé, «
perd une grande partie de ses mauvaises «
qualités par votre principe, de si facile exé- «
cution, d'augmenter la masse du levain jus- «
qu'au tiers de la farine qu'on se propose de «
convertir en pain, & cela huit heures au- «
paravant. «

Vous avez paru sensible, Monsieur, aux «
marques d'applaudissement & de satisfaction «
qu'on s'est empressé de vous donner lors des «
leçons pratiques que vous avez eu la complai- «
sance de multiplier, nous nous faisons un «
devoir de vous en réitérer ici nos remer- «
cîmens. «

Nous avons l'honneur d'être, &c. »

Je me suis fait une loi d'écarter tout ce qui pourroit avoir l'apparence de systême, & de ne discuter ici que les choses essentielles & relatives à l'économie, c'est dans cette vue que j'ai cru devoir me permettre encore quelques réflexions.

On est dans l'opinion que plus le pain est massif, serré, ferme & bis, moins il passe vîte & mieux il nourrit, parce que l'on prétend qu'il reste plus long-temps dans l'estomac, & que par conséquent il convient davantage aux hommes adonnés à des travaux & des exercices pénibles, qui ont besoin d'aliment grossier & mat pour exercer fortement ce viscère; mais il paroît qu'on n'a pas fait assez d'attention à la manière d'agir de la nourriture.

Plus le pain a de volume, mieux il doit nourrir, parce qu'ayant plus de surface, les sucs de l'estomac peuvent en extraire plus aisément & plus abondamment de quoi former la matière du chyle: il ne suffit pas en outre d'être nourri, il faut encore être lesté, il faut que les alimens rassasient & remplissent: or, le pain qui a le plus d'étendue, est celui qui produit le mieux cet effet; & fabriqué, comme nous l'avons indiqué, il sera réellement plus nourrissant, vu qu'il aura plus de volume; mais il aura encore plus de

maſſe, car l'air & l'eau y entreront en plus grande quantité, en ſorte que quatre livres de farine, par exemple, qui traitées d'après des procédés défectueux, n'auroient donné que cinq livres & demie de pain environ, en fourniront ſix livres de la même quantité de farine, avec beaucoup plus de volume, en ſuivant la bonne méthode. Cette circonſtance a ſingulièrement frappé un Avocat célèbre de Picardie, qui jouit avec raiſon de l'eſtime générale de ſa province : la lettre qu'il m'a écrite à ce ſujet, vient à l'appui de ce que je dis ici, & je dois la faire connoître.

LETTRE de M. de la Tour, Avocat.

« J'ÉPROUVE tous les jours, Monſieur, les avantages des bonnes leçons que vous nous « avez données ſur la façon de faire le pain: « celui que je mange depuis que vous êtes « venu ici, & qui ſe fabrique ſuivant que vous « l'avez montré à Magdeleine notre ancienne « cuiſinière, eſt beaucoup plus léger, plus « blanc, d'un meilleur goût & ſe conſerve plus « long-temps frais : les pains de même volume « que ceux que l'on faiſoit ci-devant à l'eau « chaude, avec un petit levain qui n'étoit pas «

» rafraîchi, pèse beaucoup moins. J'entends
» dire à la fille qui est chargée de ce soin,
» que dans le petit four de la maison où l'on
» faisoit cinq pains d'environ six livres chacun,
» l'on ne pourroit les avoir aujourd'hui du même
» poids, par la raison que leur étendue em-
» pêchoit qu'ils ne pussent entrer dans le four,
» & qu'elle est obligée, pour obtenir le même
» nombre de pains, de les réduire au poids de
» quatre livres; je puis vous assurer qu'ils sont
» aussi grands que ceux de l'ancienne méthode
» qui pesoient six livres: vous pouvez, à tous
» égards, compter sur ce témoignage fondé sur
» l'expérience. M.[lles] Bosquillon, vos parentes
» & mes respectables voisines, continuent éga-
» lement de se bien trouver de votre méthode.

» Je saisis avec bien du plaisir, Monsieur,
» cette occasion de vous marquer ma reconnois-
» sance & celle de ma famille, de nous avoir
» procuré l'amélioration d'un aliment aussi né-
» cessaire à la vie, & que je regarde comme
» ayant beaucoup d'influence sur la santé.

J'ai l'honneur d'être, &c. »

Pour peu que l'on veuille faire des essais, on verra bientôt au poids, au volume & à

l'usage, si ce que nous avançons n'est que vraisemblable; que l'on interroge d'ailleurs les manœuvres & les jardiniers des environs de Paris, dont le travail pénible ne sauroit être comparé à celui des habitans des campagnes, on apprendra encore que quoiqu'ils paroissent avoir beaucoup de pain pour consommer dans leur journée, cette quantité est toujours au-dessous de celle que mangent nos cultivateurs, parce que, sous le même poids, il y a moins de farine & plus de volume; ils ont cependant, plus que les manœuvres, des légumes & des fruits qui font volume; d'où vient donc cette différence, de ce que le pain du manœuvre remplit & nourrit plus complètement, tandis que celui des cultivateurs, trop massif, ne se développe pas en totalité dans l'estomac.

Que l'on ne croie pas qu'en insistant sur le volume du pain que consomme le manœuvre ou le jardinier, je prétende insinuer qu'il faudroit leur donner du pain mollet dont l'excessive légèreté est autant différente du pain de pâte-ferme, que ce dernier diffère du pain mal fabriqué des cultivateurs; j'ai déjà dit que toutes les parties du grain que la mouture confond & que la bluterie présente à part, me sembloient faites pour aller ensemble; que

les farines blanches & les farines bises avoient des propriétés différentes entr'elles, & qu'en les mêlant il en résultoit un composé qu'on pouvoit appeler la *farine de ménage;* le pain d'une pareille farine seroit, sans contredit, l'aliment le plus salubre & le plus substantiel dont l'homme du peuple seroit en état de faire usage: mais que pourrois-je avancer ici sur les avantages du bon pain de ménage, que n'ait déjà dit d'une manière infiniment plus intéressante l'inestimable Auteur de l'*Avis au peuple sur son premier besoin.*

On assure qu'il falloit autrefois quatre setiers de blé, mesure de Paris, pour la subsistance d'un homme; mais l'art de moudre s'étant perfectionné, ces quatre setiers furent réduits à trois; la mouture économique ayant encore opéré une réduction, deux setiers suffisent aujourd'hui pour produire cinq cents trente-six livres de pain, ce qui nourrit l'homme le plus fort pendant son année; d'où il résulte qu'il y a plus de moitié de profit, & que l'aliment est plus substantiel & plus salubre, tandis que dans les provinces où la mouture économique n'est pas établie, & où l'on ne suit pas les bons procédés de boulangerie, il faut peut-être encore trois setiers & même plus, en sorte que le

pain le plus cher dans ſon eſpèce qu'il ſoit poſſible de faire, eſt le plus mauvais & le moins nourriſſant.

Quelle épargne pour la bonne Mènagère, ſi elle parvenoit à retirer de ſon grain, la totalité de farine & de pain qu'il eſt poſſible d'en avoir! non-ſeulement elle feroit un profit conſidérable ſur la denrée de première néceſſité, mais elle nourriroit encore ſa maiſon plus agréablement; la ſanté & l'économie y trouveroient également leur compte: un pain doux & ſavoureux eſt plus ſain qu'un pain ſur, pâteux & collant; un pain volumineux & bien levé, nourrit davantage qu'un pain ſerré & de ſon.

Je terminerai cet Avis par une réflexion qui a été peut-être faite avant moi: la défectuoſité des moutures & la mauvaiſe fabrication du pain, renchériſſent davantage le prix de cet aliment, que les années pluvieuſes, les dégâts de grêle & du vent, les différens accidens qui font maigrir, noircir, rouiller & nieller les blés pendant leur végétation; c'eſt donc une richeſſe réelle & preſque inconnue dans le royaume, qu'une bonne meunerie & une bonne boulangerie, puiſqu'il ſeroit poſſible de ménager un tiers environ des grains qu'on y emploie, en retirant le produit en farine &

en pain qu'on peut en obtenir; d'où s'ensuivroit l'abondance dans la circonſtance où l'on croiroit n'avoir que le néceſſaire: formons des vœux avec les bons citoyens, pour que ces deux Arts, les plus eſſentiels & les plus importans après l'Agriculture, acquièrent dans toutes nos provinces, le degré de perfection dont ils ſont ſuſceptibles.



A PARIS,
DE L'IMPRIMERIE ROYALE.

M. DCCLXXVII.

TABLE

De ce qui eſt contenu dans cet Avis.

